

市内にはそれぞれに特色がある5つの図書館があります。

今回は各館のおすすめやコーナーの紹介、知っていると図書館がより楽しく、便利に利用できる情報を紹介します。

普段利用している図書館だけでなく、他の図書館に足を延ばしてみるのもいいですね。

中央図書館 267-2111



市内で最も大きい図書館で、蔵書数はおよそ20万3000冊。

姉妹都市等があるモンゴルやエストニアに関わる書籍のコーナーでは資料だけではなく、その国の絵本や物語もあり、お子さんも楽しめます。

また、佐久市出身の武論尊さんのコーナーには、これまでに手掛けた作品 や自伝、漫画塾卒業生の作品が並んでいます。

その他にも図書館職員手作りのおすすめコーナーがいくつもあり、世代や テーマに合った読みたい本を見つけることができます。



図書館職員のオススメ

入口を入ったすぐ右手にあるブラウジングスペース(閲覧スペース)は広く設けられていて、くつろぎながら新聞や雑誌を読むことができます。



サングリモ中込図書館 263-3793

中込商店街の中心地に建つサングリモの2階にある市内で1番小さな図書館です。小さいながらも個

られており、調べ ごとや勉強に最適。 最近の話題など、 気になる情報のお すすめのコーナー

もあります。

室スペースが設け



図書館職員のオススメ

絵本や児童書の数が 多く、ローテーブルを 使いながらゆっくりと 本を楽しむことができ ます。商店街の買い物 後に休憩がてらお立ち 寄りください。



移動図書館「草笛号」が 市内を巡回しています

昭和47年の運行開始から数えて4代目となる草笛号は、絵本から大活字本まで、幅広い年齢層に対応したおよそ2,500冊の本を搭載しており、介護施設や保育園など市内71ヶ所のステーションを巡回しています。 どなたでも利用できるので、気軽に本を借りに来てください。





臼田図書館

☎82-3932



佐久市コスモホールに併設された図書館です。

臼田出身や臼田に縁のある作家・著名人の書籍コーナーがあります。主に直木賞受賞作家 井出孫六や農村医療の開拓者 若月俊一、農村女性の活躍を説いた 丸岡秀子などの書籍があり、中でも田河水泡が描いたマンガ「のらくろ」は昭和初期から半世紀にわたり発刊され、お子さんから大人までに愛された作品です。

図書館職員のオススメ

「星の町うすだ」と呼ばれる地域にあり、 星や宇宙に関する資料や図鑑、関連本が多 数あります。夏場にはスタードーム監修の もと、館内にパネル展示もしています。





浅科図書館 ☎58-4321



カラマツを使用した木造づくりの建物が特徴の図書館です。木ならではの温もりと居心地の良さがあります。

学習室や絵本専用の部屋があり、世代ごとの目的に合わせた活用ができます。

また、猫好きにはたまらない「猫の本のコーナー」があり、絵本や小説、雑誌など様々な角度から猫について知ることができます。



図書館職員のオススメ

窓際に設けられたリスニングリラクゼーションコーナーからは浅間山が一望でき、春には桜を眺めながら本や音楽を楽しむことができます。



望月図書館 ☎53-0230

望月支所 2 階にある図書館です。「書のまち」「駒の里」と呼ばれる望月ならではの書や馬に関する書籍コーナーや、中山道の関連資料などがあり、望月の歴史や文化を学べます。入口の新刊紹介では、本に付いている帯を使い、本の雰囲気に合わせた手作りのポップで分かりやすく紹介をしています。







図書館職員のオススメ

館内の所々に置かれているイスは、佐久市で開催された「読書に心地よい椅子コンテスト」で全国の応募作品の中から受賞した5つの作品です。機能性が高く、オシャレなものばかりですので、ぜひお好みのイスに座って本を読んでみてください。



みんなは知ってる?

図書館の便利な使い方

図書館には、知っていると便利な使い方がいくつかあります。自分の利用しやすい方法をマスターして、たくさんの本を読んだり借りたりしましょう。

LINEやホームページから本が予約できる!

ホームページやLINEから図書館にある本の検索や貸し出し 予約ができます(予約には最初のみ図書館窓口で申し込みが 必要)。

また、本の検索だけではなく、図書館の開館情報や移動図書館の運行日程、イベント情報も見ることができます。便利なLINEやホームページの検索・予約機能をご利用ください。



LINE QRコード



ホームペーシ QRコード



スマホで本が読める!電子図書館 デジとしょ信州



県民なら「誰でも」「いつでも」「どこからでも」利用できる、市町村と県が協働で運営している電子図書館です。佐久市内在住の方、県外から佐久市内に勤務・通学している方は、申し込みをしていただくと利用することができます(申請には、佐久市立図書館の利用者カード、本人確認ができる運転免許証等が必要)。



デジとしょ信州 QRコード



利用申込フォーム QRコード

小説やライトノベルに加えて、レシピ本やビジネス書等の実用書など様々な本を借りて読むことができます。

ぜひ「デジとしょ信州」のサイトをのぞいてみませんか。

困ったことや調べたいことなどがあったら図書館職員へ ~レファレンスサービス~



年齢にあった読み聞かせの 本を知りたい!

佐久市の人口の移り変わり を調べたいな!



佐久市がケーキのまちって どうしてなの?



探している本が見つからないときはもちろんのこと、「もっと詳しく知りたいとき」「手元にある資料では足りないとき」「もっと専門的なことを調べたいとき」など、いろいろなときに、資料を一緒に探し、課題解決のお手伝いをします。これをレファレンスサービスといいます。



佐久市では、お子さんや市民の皆さんに本を好きになってもらえるよう、さまざまな事業を行っています。

子どもの頃から「本を身近に感じる」

①ブックスタート・ セカンドブック事業

生後4か月と3歳を迎えるお子さんに、絵本をプレゼントしています!20冊の絵本の中から、好きな本を選ぶことができます。

※対象のお子さんには、案内文を 送付します。 草笛号でも受け取ることができるよ! 希望する方は中央図 書館へ電話してね!



②乳幼児への読み聞かせ

各図書館では、毎月絵本の 読み聞かせを開催しています。

利用者の感想

「ぜいたくな楽しい時間を過ごさせてもらいました」
「お話を聞いて帰ると、こどもに優しく接することができます」
「子育てに行き詰ったとき助けになってくれました」
「おはなしかい、たのしかったねー」(3歳)
「とてもたのしかったので また きたいな」(5歳)

図書館講座 今後の 丹彦

絵本作家 accototoさん講演会

「絵本づくりと日々のこと」

日時:11月19日(土)

午後1時30分~3時30分

場所:佐久平交流センター

入場料:無料

本講演会では、絵本制作のあれこれ や暮らしについて語っていただきます。 興味のある方はLINEまたは中央図書 館へ電話でお申し込みください。

10月の行事予定はP17をご覧ください。



講師の紹介 ふくだとしおさん、あきこさんご夫妻で活動される絵本作家。

「うしろにいるのだあれ」 「ぼくくま」等を出版。 「読書通帳」で

読書の履歴を貯めよう!

各館に設置している「読書通帳機」という専用端末を使い、読書通帳に借りた本の情報を印刷することができます。読書の履



歴が貯金のようにたまっていくことで、 達成感を感じることができます。

(市内在住の中学生以下:無料 その他の方:有料)

利用者の感想

「おとなが持っているような通帳を 持てて、実際に記帳できて うれしい」

「借りた本の備忘録になるので、 返し忘れがなくなった」

館長から皆さんへ

図書館には、今回紹介 したこと以外にもたくさ んのサービスがあります。 それぞれの図書館に足を 運んで、自分ならではの



館長 依田 緑

利用方法を見つけていただけると嬉し いです。

中央図書館では、他の施設との複合 化も視野に入れた建替再整備の検討が 始まりました。皆さんとともにより良 い図書館を創っていきます。

行政・防災情報を 自分にあったやり方で!



市の行政・防災情報は、様々な手段で受け取ることができます。 それぞれ特徴があるので、自分が利用しやすいやり方で情報収集しましょう。

さくネット

市の行政・防災情報は 4 種類 (①電話 ②ファックス ③メール ④アプリ)の方法から選択して確 認いただけます。



ホームペーシ

さくステ

防災行政無線を携帯アプリの「文字」で確認したり「音声」で聞くことができます。



自分に必要な情報を選択できます

- 防災情報
- 防犯情報
- 市政情報
- その他緊急情報(行方不明者の情報提供など)
- イベント、気象情報(メール・アプリのみ配信)

登録方法

【電話・ファックスの場合】

申込用紙を記入の上、広報広聴課または各支 所総務税務係窓口へ提出してください(ファッ クス、郵送可)。

【メールの場合】

「sakunet@pasmail.jp」に空 メールを送信して登録してくださ い。



メール送信

【アプリの場合】

オクレンジャーアプリをダウンロードし、アプリ上から「さくネット」を検索して登録してください。









iPhone

防災行政無線をお持ちの携帯で

- 防災情報 防犯情報
- その他緊急情報(行方不明者の情報提供など)

登録方法

アプリストアで [さくステ] を ダウンロードするか、右記QR コードからダウンロードしてく ださい。



ホームペーシ

防災無線(無料)テレホンサービス

下記のフリーダイヤルに電話をすると、防災 行政無線で放送した直近の内容を、無料で聞く ことができます。

(フリーダイヤル) 0120-71-1120

公式SNS

QRコードは 23ページ参照

LINE、Twitter、Facebookで、既に利用しているSNSから、佐久市公式アカウントをフォローすることで、情報を入手できます。

問合せ 広報広聴課 62-3075/危機管理課 62-3008

ただきます。 堆肥の袋詰めは、 注意事項

月9日~1月3日

休業日

日曜日・祝日・年末年始(12

午前8時3分~午後5時

営業時間 持ち物

堆肥を詰める容器

(袋)

に堆肥をご利用 良質な土づ

料金

1㎏当たり7円(同センター

窓

▽繰り返し使う

でお問い合わせください)。

882-3113

耕起して土と混ぜてください。

■堆肥の施用効果

います。

ラしてまきやすい堆肥を生産・販売して

の頭文字 (R)

の総称です。 (Reduce)

3R (スリーアール) とは、

次の3つ

・ごみを減らす

繰り返し使う (Reuse)

佐久市堆肥製産センターでは、

サラサ

を促進します。 活性化させ、土壌改良し植物の根の成長 |堆肥の使い方 [基本] 肥料分の供給の他に、 土中の微生物を

この堆肥を効果的に使うために、

次の

▽ごみを減らす

家庭でできる取組

・必要のないものは買わない。

物は大切にし、長く使う。

けにしてはいかがでしょうか。

社会のライフスタイルをはじめるきっか

ご自身の暮らしに取り入れて、循環型 資源として再利用する (Recycle)

ことに注意してください。 秋から春先の早い時期に施用 度を施用してください。 10 a (1000㎡) 当たり1~2 t 十分 程

堆肥の上に直接播種、定植しますと、 作物の播種・定植する4週間前には施 用し、耕起のうえ土と混ぜてください。 十分注意してください。 発芽障害・生育障害を起こしますので、

※土曜日は現金の取り扱いをしていない 所でお支払い 内の金融機関または市役所本庁・各支 ため、後日郵送する納入通知書で、 口で計量後お支払い) 市

しょう。

購入者自身でしてい

R推進 ときれいな信州美化キャ は3 10 ("g

862-3094 生活環境課

生ごみ処理機等を活用し、

・ごみを正しく分別する。 詰め替え用の製品を選ぶ。 リサイクル製品を利用する。 資源として再利用する 不要になった物を譲り合う。

りの環境美化について、 施されています。身の回 ○きれいな信州美化キャンペーン 資源物の店頭回収(食品トレイ、 県により、 パック等)を積極的に利用する。 3 R推進月間に合わせて実



意識する期間としてみま

īームページ QRコード

食べ物を、おいしく、楽しく食べきる。 生ごみの水気をよく切ってから捨てる。 出量を減らす(生ごみ処理機等購入費 補助金の交付等詳細は、生活環境課ま 生ごみの排 牛乳

ても、

自分自身にとっては快適なものであっ

周りに困っている人がいます。

皆

さんのご理解ご配慮をお願いします。

|頻度の高い症状

頭痛、記憶・思考力

低下、発熱、全身倦怠感、

めまい、

不

健康づくり推進課 **262-3189**

|上学物質過敏症| を知 つて ਰ

除草剤、

新建材、ワックス、タバコな

柔軟剤、

消臭芳香剤)、

農薬、

殺虫剤、

■原因となる物質 香水、香料(洗剤や

頻尿、肩こり、筋肉痛、

しい、

鼻血、呼吸困難、

喉頭痛、動悸

関節痛など

安感、不眠、ピントが合わない、まぶ

あなたにもできること

人が集まる場

と声かける など

剤散布や野焼きの際は事前に近所にひ 吸わせないよう注意する、庭木への のは使用しない、他人にタバコの煙を 所では香水や柔軟剤など香りの強いも

薬



tームペーミ QRコード



ることです。 る化学物質に近づかないこと、滞在時間 ます。最も有効な予防方法は、原因とな を吸い込むだけで症状が出るようになり する可能性があり、一度発症すると少量 われることがある病気です。誰もが発症 まい、不眠など多岐にわたる症状があら る化学物質に接触することで、頭痛やめ アルコール消毒剤、芳香剤などに含まれ を短くすること、化学物質の使用を控え 「化学物質過敏症」 は、 洗剤、 柔軟剤、

広報佐久令和4年10月

められます。





横山操《雪原》©Masao Sugita 2022/JAA2200108







プロジェクトページ QRコード

修復作業には、 近現代の貴重な美術資料を多数収蔵して な時期に修復を施すことが不可欠です。 この資料の価値を後世に伝えるために 来年で開館4年を迎える近代美術館は、 経年による傷みなどを把握し、 専門家の知識と経験が求 適切 ます

います。

佐久の鯉太郎 R熱気球 を製作 2

寄附方法

プロジェクトページ 9月3日金~12月29

(http

実施期間

日

支援をお待ちしています。 目を予定しています。 久バルーンフェスティバル」 でのお披露 より製作し、来年5月に開催される「佐 鯉太郎」を、クラウドファンディングに

s://www.furusato-tax.jp/gcf/1919)

から申し込み

近代美術館までご連絡ください。

インターネットが利用できない方は、

体的に表現したデザインが特徴的で、

 \exists

をイメージし、

胸びれや尾びれなどを立

た「佐久の鯉太郎」。

佐久市名産の 平成2年に誕生

ぐため、不妊去勢手術費用の

市では、

飼い主のいない猫

の繁殖を防 部を補助

しており、これまでの取組により、

定

市

のPR気球として、



観光課 問合せ **25**62-3285

> 気球係留体験などで活躍してきました。 本各地で行われるイベントにおいて、

To the second

信州佐久



光課までご連絡ください。

インターネットが利用できない方は

プロジェクトペ QRコード

s://www.furusato-tax.jp/gcf/1637) 寄附方法 実施期間 から申し込み プロジェクトページ 10月3日(月)~12 月 31 日 (http

寄附方法

プロジェクトページ

(http

s://www.furusato-tax.jp/gcf/1829)

から申し込み

弾] 飼い主のいない猫の不妊去勢手術

多くの皆さんのご

362-2917 環境政策課

をお願いします。

修復する美術資料

横山操《雪原》1963年

ディングを実施します。

皆さんのご協力

填するため、次のとおりクラウドファン

この度、資料の修復にかかる費用を補

なくなってしまいました。

そこで、新たに2代目となる「佐久の

がたまり、安全に飛行することができ

しかし、長年の飛行によって球皮に疲

しかし、

えたり、 ない方が、





プロジェクトページ QRJ-ド

環境政策課までご連絡ください。

インターネットが利用できない方は、

が共生できるまち」を目指すため、 このプロジェクトの応援をお願いします。 ウドファンディングを実施します。 継続して補助事業に取り組み、 なっている地域もあります。 に不妊去勢手術を受けさせられるよう、 実施期間 そこで、より多くの飼い主のいな 9月30日金~12月31日出 「人と猫 ぜひ、 クラ 1) 猫

りすること等による頭数の増加が問題 数を増やしてしまい、 の効果が見られています。 飼育管理が可能な範囲以上に頭 猫の習性を十分理解され 飼い主のいない猫にエサを与 飼育崩壊になった 7 1)

定員

130名程度

| 申込方法 当日会場で受付

(受付:午後1時30分~)

分~)

パネルディスカッション 事例報告(午後3時45分~)

(午後

以 4 時 45

原保全全国

会場

西条市総合文化会館

262-2917

豊かな自然の恵みである地下水等水資

保全全国自治体連絡会(会長:佐久市長) るため、愛媛県西条市において、 かなければならないことを全国に発信す 源の保全の重要性や次代に引き継いで ポジウムを開催します。 の主催による、水資源保全に関するシン 水資源

西条市は、 地下水と住民生活が深く関わり、 市内のおよそ半数の家庭が 全国的にもまれな地下水の 市 • 西条市の水資源保全 団体・学生・有識

ひご参加ください。 者からそれぞれ発表がありますので、 の取組について、 シンポジウムでは、 るなど、 地下水を生活用水としてそのまま利用す 地域であり、 自噴地帯が広範囲にわたって形成された 古くから「水の都」と呼ばれてきました。 日時 10月27日(木午後2時~5 時 . 35 分

第45回平尾山もみじ祭り

対象

どなたでも

参加費

(愛媛県西条市神拝甲7番地

4

内 容

基調講演

(午後3時~

国からの報告(午後2時3分~)

862-3285 観光課

平尾山もみじ祭り



τームペー∋ QRコード

、地元特産品即売会、 特設コーナー (お笑いステージ、太鼓演奏、 特設ステージイベント 東中学校吹奏楽部演奏 ヨー風船プレゼント、

金魚すくい、

彐

ほか)

ふれあい動物園

南パラダ

※今年度は ○サブ会場 売なし 「バーベキュー 味の券」 の

販

・当日券 ・前売券

ほか)

文化事業団 **282-3962** 問合せ

親子で楽しめるバラエティ豊かなイベン こしください。 日時 ています。 ・を用意して、皆さんのお越しをお待ち 10月30日间午前10時~午後3時 家族で一日のんびりとお過

りに「平尾山もみじ祭り」を開催します。

秋色深まる平尾山公園一

帯で、

4年ぶ

〇市民参加型ミュージカル

笑劇・ロマンティック・コメディ

S

「夏の夜の夢」より~ミュージカル 『佐久(SAKU)の夜の夢』

会場 平尾山一带、 北パラダ(メイン

入場料 イベント内容 無料 (有料イベントあり)

佐久市立

ップルとして成立するのか。そして女王

が絡みます。4人の若い男女は本物の

力

妖精の女王様と職人の青年との奇妙な愛

り広げる恋のてんやわんや騒動、

そこに

物語は、二組の若い男女が森の中で繰

日時(3回公演) 11 月 12 日 (生)

午後6時30分

11 月 13 日 (印) 午前10時30分、 午後2時 30 分

入場料 会場 コスモホー ル 大ホー



第14回こころの



思議な出来事は一体どうなるのでしょう 様と青年の結末は。夏至の夜に起こる不 **プレイガイド** コスモホー どうぞご期待ください。 2 5 0 0 円 2 0 0 0 円 ル 他

第13回こころのミュージカル

食生活改善推進 員養成講座の

問合せ 佐久保健福祉事務所

> ランティアです。 を中心とする健康づくりを働きかけるボ 家族や地域の住民に対して食生活の改善 食生活改善推進員(ヘルスメイト)は、

> > ます。

を図る目的で、音読者養成講座を開講し

音訳に携わる音読ボランティアの育成

日程

11

月9日(水·16日(水)

30

令和5年1月1日休・

18 日 (水)

25 日 (水) 日

農業委員、農地利用最適化推進委員を募 推薦、または市内全域からの公募により、 団体および市内の農業者、

地区等からの

員の任期満了に伴い、農業者の組織する

農業委員および農地利用最適化推進

委

活を実践し、 活改善推進員を養成するものです。 と地域の健康づくりをつないでいく食生 識と技術の基礎を学び、よりよい健康生 この講座は、健康づくりへの正し 「お隣さんからお向さんへ」 1) 知

日程(全日程を受講で終了)

第 1 回 午後1時3分~4時3分 10月19日(水)

第2回 午前9時3分~午後0時3分 11月15日火

第 3 回 講演会 2月8日休 午前9時3分~午後0時3分 12月6日火

会場 午後1時3分~4時3分 佐久合同庁舎

参加費 無料

※別途、 対象 調理実習材料費1000円程度 佐久地域在住で、 家庭や地域で

当養成講座受講者を募集

だける方 食生活改善推進員として活動していた 食生活を通した健康づくりを推進する

内容 健康づくり(食事・運動・ 等)に関する講話、 実習 (調理 実習等) 休養

 ∇

10

月 23 日 (日) 中央図書館

午前11

視聴覚室 時 定します。

抽選会場 抽選日

定員 申込方法 20名(申込先着順 佐久保健福祉事務所へ電話

申込期限 で申し込み 10 月14日金

中央図書館

☎67-2111

時間

午後1時30分~4時

対象 受講料 会場

中央図書館

視聴覚室

無料

講座内容 6 回 びます。 実技について、基礎から中級までを学 発声、 発音、 読み方、

録音

▽募集人数 します。

24 名

(内1名は利害関係の

ない方)

定員 10名 |講師 | 元信越放送アナウンサー 「朗読かたばみの会」小山 菜穂子氏

利用の最適化の推進に熱意と識見を有す

|農地利用最適化推進委員の推薦・応募

農地利用最適化推進委員は、農地等の

||申込方法|| LINEまたは中央図書館 へ電話・窓口で申し込み

抽選 一申込期間 抽選(くじ引き)を行い、受講者を決 午前9時3分~午後6時 (11日火は休館日のため除く) 申込者数が定員を超えた場合は 10月4日火~12日水

農地利用

※所定の書式等は、

ホームページを参

照

LINE QRコード

日程の全ての講座を受講できる方(全

音読ボランティアに意欲があり、

762-3518

集します。

る方から、市長が議会の同意を得て任命 農業委員会の職務を適切に行う事ができ

農業委員の推薦・応募

農業委員は、農業に関する識見を有

▽募集人数 る方から、農業委員会が委嘱します。 典通事項

▽募集期間 10月4日火~31日月

23 名

▽書類提出先 農業委員会事務局 ▽任期 令和5年5月2日~令和8年5 月19日の3年間

tームペー: QRコード



土木課 小型除雪機等購入費補助金

862 - 3302

などの除雪を実施していただいています。 入の経費に対する補助制度を設けていま していただき、生活道路や通学路、歩道 冬期の降雪に備え、制度をご活用くだ 市では、 区やPTA等の団体の皆さんに活用 小型除雪機および除雪板の購

▽補助対象 除雪に使用するための小型除雪機およ び除雪板 区等が道路等の公共施設

▽補助率 小型除雪機および除雪板の購 年度補助金上限額3万円 入に要する経費の2分の1以内 同

環境政策課

362 - 2917

省エネ家電製品の買換え 電気自動車購入補助金

※購入前に申請が必要

ホームページ

ペレットストーブ等の

設置に対する補助金

環境政策課 **3**62 - 2917

▽補助金額

を交付しています。

LED照明

電気自動車を購入する方に対し、

蛍光灯からLED照明への買い替えや

地球温暖化対策の取組の1つとして

います。 トーブ等の設置に対し補助金を交付して 地球温暖化の防止のため、 ペレットス

▽補助率 (括弧内は上 限額

▽申請時期

対象設備設置後に申請

それ以外

上限2千円

る事業所

から購入 上限5千円

ペレットストーブ

経費の2分の1以内(15万円)

・木質バイオマスボイラー 経費の3分の1以内(100万円)

▽申請時期

国の補助金の交付確定の翌

日から90日以内

▽補助金額

■電気自動

▽ペレットストーブ利用者の声

心地よい暖かさです。

もぽかぽかします。 家全体が暖まる上、輻射熱により身体

窓口・郵送・メールで提出

LED照明

電気自動車

※本申請は、申請書に必要書類を添付し、

火を見ると安らぎます。

空気がきれいです。

掃除が簡単です。

環境問題に取り組み、貢献している意 識が持てます。

※設備の設置工事の着工前に申請し、 付決定を受けてから着工すること。 交

環境政策課

73

62 - 2917

太陽光発電設備および蓄電システムの

導入補助金

太陽光発電設備

蓄電システム



▽補助率 ・新築(建築予定、建築中または完成後 設置に対して、 1年未満)の建物に設置 パネル出力 補助金を交付しています。

既築 (完成後1年以上) の建物に設置 パネル出力1キロワットあたり3万円 (上限20万円)

1キロワットあたり1万円(上限10万

※蓄電システムの設置に対する補助は、 に限る 蓄電システム 太陽光発電設備と同時に設置する場合 実支出額 (上限10万円)

だけるような展示物を目指します。

皆さんからの応援をお願いします。

▽注意事項

まちの電気屋さん(市内に本店を有す

交付決定後に着工すること。

年度内に事業を完了し、 提出すること。 実績報告書を

令和4年4月購入分から申請可能です 上限20万円 全量売電や野立ての太陽光発電設備は 補助対象外

クラウドファンディング 佐久市子ども未来館

子育て支援課 **3**62 - 3149

ます。 り一層皆さんから愛される施設を目指す 来館いただいた皆さんや寄附をいただい ため、クラウドファンディングを実施し た皆さんから関心を持っていただき、よ と「歩道橋」のリニューアルにあたり、 「光の子どもタワー・音の子どもタワー 市では、佐久市子ども未来館にある

これからも来館いただいた皆さんがワク 展示物ですが、近年は錆や塗装の剥がれ が目立つようになってしまいました。 ただいた多くの皆さんが最初に利用する かう際に利用いただく展示物で、来館い 館の駐車場から佐久市子ども未来館に向 ー」と「歩道橋」は、佐久市子ども未来 ワクした気持ちで未来館へ向かっていた 今回、リニューアルを実施することで、 「光の子どもタワー・音の子どもタワ

▽寄附方法 実施期間 s://www.furusato-tax.jp/gcf/1810) プロジェクトページ (http 11月9日/水まで



プロジェクト ページ QRコード

からお申し込み

▽提出方法

学校教育課へ持参または

※今年度は、

試験的に毎月第4日曜日に

※平日(祝日は除く)の同時間も開場

▽持ち物

市内住所が確認できるもの

学校教育課窓口で配布

送

就学援助費の入学前支給受付

学校教育課

362 - 3478

▽日時

10月23日(日)

生活環境課

362 - 3094

うな沢第2最終処分場

日曜日の開場

▽対象 子どもの住所が佐久市にあり、 ご希望の方は、申請してください。 用を、令和5年の1月末に支給します。 学をする予定者の保護者を対象とした費 な費用の一部を援助する制度です。 児童扶養手当を受給しているまたは 就学援助とは、 令和

5年度に小学校または中学校に入 小中学校の教育で必要

▽内容 指定袋に入らないごみ(大型プ

午後1時~4時(雨天決行

午前8時3分~正午

ラスチック・ふとん等)および小型家

※申請書は、ホームページに掲載または ▽提出書類 佐久市就学援助費(新入学 児童等学用品費等の入学前支給)受給 認定申請書

帯総所得が基準以下である方等

▽受け入れできないもの

資源物、

指

指定 家具

電の受け入れ

サイズを越える木類、建築廃材、 袋に入る大きさのごみ、タイヤ、

金属類、家電リサイクル法の対象

ホームページ QRコード

▽提出期限 11月6日(水)

福祉課 サポートブック「虹のかけはし」 をご利用ください **3**62 - 3147

皆さんへ

または各支所市民係 子育て支援課

362 - 3149

児童手当を受給している

わせて記入していく冊子です。 発達の進み方が気になるお子さんについ ての様々な情報を、 サポートブック「虹のかけはし」は お家の方が成長に合

> 新たな環境で本人が安心して過ごすため えられる本冊子を活用していただくこと の手助けとなります。 で、支援者と情報を共有することができ、

> > 就職のご相談は、

佐久市無料職

用ください。 ことなく継続されるよう、本冊子をご活 支援する人が変わっても支援が途切れる ライフステージが変わり、お子さんを

で利用申請書をご提出ください。 しますので、福祉課または各支所の窓口 本冊子を希望される方は、無料で配布



▽求人の取扱範囲

ルチ(賢い選択)

をお確かめください。 受給者の皆さんは、 10月7日金に指定口座に振り込みます。

通帳を記帳して入金

進む際、

また福祉サービスを利用する際

新しい支援者にお子さんの情報を伝

進学や進級で新しいライフステージに

令和4年6月から9月分の児童手当を、

高効率照明への 切り 替えを進めよ

環境省は、省エネ性能に優 れたLED照明や有機EL照明な どの高効率な照明製品への切 り替えを推進しています。

ホームページ QRコード

家庭やオフィスにはたくさんの照明があり つひとつの電気使用量は少なくても、 多くなるため、高効率な照明製品へ切り替えること で、大きな節電効果とCO2削減効果が期待できます。

また、市では既存の照明 (LED照明を除く)から LED照明 (未使用品に限る) への買い換えに対し 補助金を交付しています(4月1日以降に市内事業 所で購入したものに限る)。 申請期間は、令和5年 3月31日金までとなっています。

くは、ホームページをご覧いただくか、環境 政策課までお問い合わせください。補助金を活用し て、高効率照明へ切り替えましょう。

> **262-2917** 環境政策課

業紹介所「さくさくワーク」へ 佐久市無料職業紹介所「さくさくワ イヤル30120-151-394 ーク」(商工振興課内)求職者専用ダ

を無料で実施しています。 就職支援員による就職相談・職業紹介

けていますので、お気軽にお問い合わせ ください。 し中の方、その家族からの相談を受け付 就職活動中の学生の方や、仕事をお探

市内の事業所の求人

▽対象 市内事業所へ就職を希望する方

高齢者等訪問理美容サービス事業

福祉課 または各支所高齢者児童福祉係 高齢者福祉課 **3**62 - 3147 **8**62 - 3154

るよう、訪問理美容サービスを行ってい や障がい者の方が、自宅で理美容ができ 理美容店に出向くことが困難な高齢

▽対象 ①おおむね65歳以上の要介護度3以上 属する次のいずれかの方 市内在住の市民税非課税世帯に

②身体障害者手帳1級または視覚、下肢 もしくは体幹の障害2級の方(準ずる

③療育手帳A1の方

▽内容 理美容業者が居宅へ訪問し理美 容を行い、出張経費を市が負担します

※理美容料金は、利用者負担

▽申請方法 本人または代理人の方が担 当課へ申請

①の方 高齢者福祉課

②③の方 福祉課

または各支所高齢者児童福祉係

お持ちですか? マイナンバーカード

362 - 3087

市民課

宅で簡単にマイナンバーカードを申請す ることができます。 交付申請書記載のQRコードから、

▽申請に必要なもの

- スマートフォンやパソコン
- 顔写真のデータ(無帽、 無背景)
- 交付申請書(7月下旬~9月上旬に地 ナンバーカード未申請の方向けに送付) 方公共団体情報システム機構からマイ

▽マイナンバーカードの申請手順

①スマートフォン等で顔写真を撮影 ②QRコードを読み取り、申請用WEB ③届いたメールのURLにアクセスし、 顔写真を登録、必要事項を入力し申請 サイトでメールアドレスを登録

※市民課窓口で職員が写真を撮影して申

▽マイナンバーカードの受取方法 請することも可能

物を持参し、市民課または各支所市民係 知書」が届きます。通知書に記載の持ち にお越しください。 申請から約1か月後、市から「交付通

全国一斉の緊急地震速報訓練 **亅アラートによる** 防災行政無線を用いた

危機管理課 862 - 3008

▽内容 ▽日時 時にお伝えする「全国瞬時警報システ 国から直接防災行政無線等を用いて瞬 急地震速報訓練を行います。 (Jアラート) 」による全国 緊急地震速報などの緊急時に、 11月2日冰 午前10時頃 一斉緊

道路の愛称が決定しました 佐久平駅南地区の新たな広場

▽販売価格 ▽販売場所

1セット 福祉課窓口

QRコード

都市開発室 **3**62 - 3307

ざいました。 整備をした「佐久平南広場」と幹線道路 たくさんの応募をいただきありがとうご 「市道2-324号線」の愛称募集に、 佐久平駅南土地区画整理事業区域内に

をいただきました。この中から、覚えや 道2‐324号線」は122作品の応募 結果、次のとおり決定しました。 ジに合う愛称を審査委員会等で選考した すく親しみやすい、新しいまちのイメー 「佐久平南広場」は173作品、 市

·佐久平南広場

愛称 「佐久平サンスクエア」

・市道2 - 324号線 愛称

「夢佐久通り」

「特製婚姻届」 はいかがですか

福祉課

262 - 2919

販売中です。 オリジナルデザイン特製婚姻届を作製・ 佐久市結婚支援事業実行委員会では、

婚姻届となっています。 相手へのメッセージが書き込め、結婚記 国各地の自治体に提出できる届出用の通 念にお手元に残せる色鮮やかなデザイン 部複写されるほか、プロポーズの言葉や 常婚姻届、2枚目は、1枚目の筆跡が一 2枚複写になっており、 1枚目は、 全

消費税の基本的な仕組みから 消費税インボイス制度説明会 知りたい方向け~

佐久税務署個人課税第一部門

867-3462 (ダイヤルイン)

開催します。 費税のインボイス制度に関する説明会を きか検討されている方などに向けた、消 方、インボイス発行事業者の登録をすべ 今まで消費税の申告をしたことがない

▽内容 ▽会場 佐久税務署 2階会議室 ▽日時 10月5日(水、11月2日(水)、 ボイス制度の基本的な事項 午前10時~11時,午後2時~3時 12月7日(水) (いずれも1日2回) 消費税の基本的な仕組み、 イン

※インボイス制度に関する情報は、 ▽申込期限 サイト」参照 庁ホームページ「インボイス制度特設 開催日2日前 国税

▽申込方法 佐久税務署へ電話で予約

▽**定員** 各回20名



tームページ QRコード

▽注意事項

佐久市戦没者追悼式

福祉課

862 - 2919

式を開催します。 たにするため、市主催による戦没者追悼 没者を追悼し、併せて平和への願いを新 市では、 佐久市出身の2769名の戦

ます。 勢の皆さんに参列いただくようご案内し ので、どなたでも参列いただけます。 この式典は、宗教的儀式を伴わないも 本年は、 日曜日に開催しますので、 大

▽対象 ▽日時 ▽会場 市民の方(年齢不問 市民創錬センター 10月30日间 午後1時30分

・献花がありますので、貴家の庭等に咲 平服でご参列ください。 いている花を数本、ご持参ください。

します。 天候等により、変更または中止になっ た場合は、 ホームページ等でお知らせ

冊子 「佐久の先人」 販売中

文化振興課 **3**62 - 5535

あり、 介した冊子です。 人たち」を、写真を交えわかりやすく紹 「佐久の先人」は、 全国や世界を舞台に活躍した「先 佐久市にゆかりが

治・経済など多方面で遺業を成した53名 では、芸術・スポーツ・教育・医学・政 「佐久の先人(一)」「佐久の先人(二)

> ださい。 の先人を紹介しています。ぜひご一

▽販売場所 ▽販売価格 館 月歴史民俗資料館、中央・浅間・野沢・ ・中込・臼田・浅科・東公民館 五郎兵衛記念館、天来記念館、望 各冊子500円 (税込) 文化振興課、 川村吾蔵記念

骨髄バンクに登録しましょう

佐久保健福祉事務所

363 - 3163

さんのご理解をお願いするとともに、 骨髄等提供者の存在が不可欠です。一人 対する有効な治療法です。この骨髄等の も多くのドナー(提供者)登録が必要です。 移植には、患者と白血球の型が適合する 病や再生不良性貧血などの血液の病気に ナー登録にご協力をお願いします。 でも多くの患者を救うためには、一人で 骨髄等の移植と骨髄バンクに対する皆 骨髄移植や末梢血幹細胞移植は、 10 月は 「骨髄バンク推進月間」 です。 Ė ド

▽骨髄バンクドナー登録窓□

•日時 平日午前9時~午後3時

場所 佐久保健福祉事務 (予約制)

(佐久合同庁舎1階)

宝くじの インターネット購入について

財政課

宝くじの収益金は、

私たちのまちづく

362 - 3032

りに役立てられています。

24時間購入ができます。 インターネット販売が行われており、パ ソコン・スマートフォンから原則1年中、 「宝くじ公式サイト」では、宝くじの

ト専用宝くじ「クイックワン(Quic 限定で新発売されています。 また、令和4年4月からインターネッ 〇ne)」が「宝くじ公式サイト」

ださい。 詳しくは、宝くじ公式サイトをご覧く

▽**対象商品** ジャンボ宝くじ・全国通常 (※スクラッチを除く全ての宝くじ) やん・クイックワン ズ3・ナンバーズ4・着せかえクーち ト6・ミニロト・ビンゴ5・ナンバー 宝くじ・ブロック宝くじ・ロト7・ロ





セルフメディケーション **8**62 - 3164

ポリファーマシーと

国保医療課

・ポリファーマシーに注意

多くの薬を飲んでいることによる体調

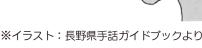
呼び、問題になっています。 師や薬剤師に相談しましょう。 れています。薬の種類が多い場合は、 以上になると、リスクが高くなるといわ 不良の状態を、特にポリファーマシーと 薬が6種類 医

しょう。 うに「お薬手帳」は一人一冊にまとめま また、多剤服用のチェックができるよ

▽セルフメディケーションのすすめ

状態を知ることも大切です。 しょう。日頃から体重、血圧など測定す 分な睡眠など、健康的な生活を意識しま る、毎年健診を受けるなど、 な運動、栄養バランスの取れた食事、 ルフメディケーションと言います。適度 身体の不調は自分で手当てすることをセ 自分自身の健康に責任を持ち、軽度な 自分の健康 +

片方の手の親指と 親 小指を伸ばし、 指を耳に、小指を 口にあてます。



ください。

国民健康保険の手続きについて

国保医療課

862 - 3164

保医療課までお問い合わせください。 要になります。必要書類等の確認は、 健康保険が社会保険に切り替わった時 国民健康保険の資格喪失手続きが必

却することは禁止されています 法律に適合した焼却炉以外で焼

生活環境課

562 - 3094

環境政策課 または各支所経済建設環境係 **3**62 - 2917

見に努めましょう。

止されていますので、絶対に行わないで けられます。このような行為は法律で禁 炉で家庭ごみを焼却している事例が見受 ドラム缶やブロック囲い等の簡易焼

響が軽微な野外焼却のうち、次に掲げる 焼却は例外的に認められています。 どんど焼き等風俗習慣上または宗教上 なお、周辺地域の生活環境に与える影

得ないものとして行われる焼却 稲わら等、農林業を営むためにやむを の行事を行うための焼却

きや時間帯などに十分配慮してください 却するときは必要最小限にとどめ、 たき火等、日常生活を営む上で通常行 例外的に認められる場合であっても焼 われる軽微な焼却 風向

長野県がんと向き合う週間

健康づくり推進課262-3196

るといわれています。がんに関する正し 社会の実現を目的としています。 早期治療を推進し、安心して生活できる 深めるとともに、がんの予防、早期発見、 い知識を身につけ、がんの予防や早期発 に関する意識を高め、その理解と関心を と向き合う週間」と定めています。がん 生涯のうちで、2人に1人はがんにな 県では、毎年10月15日~21日を「がん

▽がんを防ぐ5つの習慣 ①禁煙する ▽がん検診のご案内 ④体を動かす ⑤適正体重を維持する ②節酒する ③バランスよく食べる

ジをご覧ください。 早期発見に努めましょう。実施医療機関 など詳細は、健康カレンダー2~4ペー 病気です。定期的にがん検診を受診し、 がんは、早期発見・早期治療が大事な



原案)に対する関係住民からの信濃川水系河川整備計画(変更

千曲川河川事務所 国土交通省北陸地方整備局 意見と回答について

千曲川河川事務所では、 信濃川水系河

> ページで掲載しています。 民の皆さんからいただいた意見と回答に 川整備計画(変更原案)に対する関係住 ついて、信濃川水系河川整備計画ホーム また、佐久市役所市民ホールでも閲覧

▽閲覧期間 することができます。 10月31日/月まで

ホームページ QRコード

制度」周知月間です10月は「個別労働紛争あっせん

東信労政事務所

県労働委員会事務局 **3**0268 - 25 - 7144

2026 - 235 - 7468

ラ等) について、「あっせん」により円 が中立、公正な立場で、労働者個人と事 業主とのトラブル(解雇、賃金、パワハ 県労働委員会では、労働問題の専門家

委員会事務局へお問い合せください。 を伺います。また秘密は厳守されます。 満な解決をお手伝いしています。 詳細は、東信労政事務所または県労働 手続きは、簡単・無料で、丁寧にお話

長野県最低賃金のお知らせ

長野労働局労働基準部賃金室 **3**026 - 223 - 0555

に適用される「長野県最低賃金」が、 長野県内の事業場で働く全ての労働者

> 正されます。 この機会に、ご確認ください。

和4年10月1日から時間額908円に改



県下一斉司法書士 無料法律相談会

長野県司法書士会佐久支部 **3**0267 - 26 - 5774

▽会場 ▽日時 2 · 3 · 4 · 5 市民創錬センター 10月15日出 午前10時~午後4時

>相談料 無料

▽申し込み ▽相談内容 不動産登記、不動産の売買 贈与、相続・遺言、空き家、成年後見 制度、財産管理に関する相談など 不要(秘密厳守)

無料調停手続相談会 【一般市民向け】

長野地方・家庭裁判所佐久支部 **3**67 - 2077

 ∇ · 日 時 (受付:午後2時3分まで) 10月29日出 午前10時~

▽相談料 無料

会場 佐久平交流センター

▽相談内容 民事 (お金の貸し借り等) 家事(夫婦関係・相続問題等) の調停

▽予約 手続の利用に関する相談 不要 (受付先着順・秘密厳守)

時 間

9:29

9:35

9:39

9:50

9:56

10:06

13:38

13:48

保守工事に伴う列車の運休 小海線「野辺山~小海間」

東日本旅客鉄道㈱

8050 - 2016 - 1600

鉄道の安全安定輸送を確保するため

が運休となります。 このことから、左記日程で4本の列車

▽期日 ▽作業時間 ご理解・ご協力をお願いします。 11月7日仴~11日金の5日間 午前9時頃~午後3時頃

昼間帯に保守工事を行います。

▽運休列車

13:10 13:16 13:21 9:43 13:25 13:32

11月の駒場公園施設利用受付

駒場公園管理事務所

▽募集期間

10月3日月~17日月

※電話や口頭による意見提出は不可

出

報政策課または各支所総務税務係へ提

▽窓□受付開始 ▽対象施設 テニスコート、弓道場 ※申し込みが重複した場合は抽選 ギリシャ劇場、 10月1日出 午後1時 多目的広場

▽電話・FAX受付開始

▽大会等の予約 管理事務所へ問い合わ せ 10月10日 (月・祝) 午後1時

▽日時

10月15日出 午前10時~

正午

■カブトムシの幼虫観察会

環境政策課

862 - 2917

自然観察会参加者募集

「佐久市DX推進計画」

骨子案に対する意見募集

▽**講師** 昆虫体験学習館 ※小学生以下は保護者同伴

館長

▽会場 ▽期日

佐久総合運動公園

陸上競技場

情報政策課

【上り】

駅

松原湖発

佐久海ノ口発

佐久広瀬発

信濃川上発

野辺山着

小海発

海尻発

名

ます。 進計画」の骨子案に対する意見を募集し 市で策定を進めている「佐久市DX推

▽閲覧場所 ▽**意見の提出方法** 任意の様式により、 @city.saku.nagano.jp) 'FAX (6 号」を記入の上、郵送、メール (joho 報政策課窓口・各支所総務税務係窓口 意見のほか「氏名」「住所」「電話番 ホール(行政資料閲覧コーナー)、情 ホームページ、市役所市民

▽参加費 無料

▽集合場所 パラダ昆虫体験学習館付近

の駐車場(職員が付近で誘導します)

▽会場 パラダ昆虫体験学習館

▽対象 どなたでも

362 - 3923

スポーツ大会参加者募集

佐久市スポーツ協会

88 - 6123

■第17回佐久市小学生駅伝大会

11月3日(日)

▽持ち物 シャベル、軍手、 虫を入れるケース、雨具 金子 順一郎氏 飲み物、 幼

▽定員 20名(申込先着順) ▽申込期限 ▽申込方法 環境政策課へ電話で申し込み 10月7日金

▽参加資格 佐久市に在住の小学3~6

※区間記録上位男女各5名(小学5年牛

年生の走者3名のチーム

生駅伝大会(令和5年4月29日出開催 以下)を第18回長野県市町村対抗小学

予定)の佐久市代表選手候補として選

▽**参加費** 1人500円

クロスカントリーコース

森林セラピーとアートセラピー

健康づくり推進課262-3524

▽会場 平尾の森

▽日時

10月29日(出)

午前9時~

正午

▽申込方法

佐久市スポーツ協会窓口

参加費を添えて申し込み

▽申込期限

10月21日金

▽対象 ▽**参加費** 100円 市内在住の方

3 - 3313) 、持参のいずれかで情

※工事に伴う代行輸送はなし

【下り】

駅 名

野辺山発

信濃川上発

佐久広瀬発

海尻発

小海着

松原湖発

佐久海ノ口発

時 間

10:41

10:51

11:03

11:12

10:56 14:30

11:17 14:52

14:15

14:25

14:37

14:46

▽内容 専門の資格を持つ森の案内人の ラピー(パステルを使った塗り絵・色 ガイドによる森林セラピー、アートセ

▽講師 池田 雅子氏 を通して自分の内面と出会う) 森林セラピスト・公認心理師

ームページ

▽申込方法 健康づくり推進課へ電話で ▽定員 10名程度(申込先着順

▽申込期間 申し込み

10月3日月~14日金



返ります 回答ない インスタグラム QRコード

16

佐久市内農業見学会

佐久市認定農業者連絡協議会事務局 (農政課内) **3**62 - 3203

に知っていただくため、市内の認定農業 ▽日時 10月29日出午後1時~ す。お気軽にお申し込みください。 者の農場などを訪れる見学会を開催しま 佐久市で営まれる農業を市民の皆さん

・チクマ農園(りんご) ㈱グリーンノーツ (かぼちゃ) ▽見学場所

▽集合場所 市役所

▽参加費 無料

▽定員 20名程度

※日程の詳細は、参加者へ通知を送付 ▽申込期限 10月17日/月 ▽申込方法 農政課へ電話で申し込み

第37回佐久平の美術展

※参加申込数が定員を超えた場合、抽

近代美術館

▽応募資格

平成19年4月1日以前に生まれた方

佐久地域に関心がある方

作品募集

867 - 1055

スマホで星を撮ろう(土星)

▽期間 うすだスタードー 月5日水~9日田 82 - 0200

▽会場 ▽参加費(入館料) うすだスタードーム

▽募集作品

直接搬入に対応できる方

(高校生以上の方)

▽時間

午後7時3分~9時

般520円、小中学生260円

望月図書館

553 - 0230

10月の行事は、

各図書館内で開催し

臼田図書館 中央図書館

スマホ・デジカメ等による土星

**書

写真は不可

立体造形部門(彫刻・工芸等) 平面部門(日本画・油彩画等)

▽作品搬入・受付日程

12月9日金·10日出

▽搬入場所 近代美術館

▽**応募手数料** 各部門1点3000円 (令和5年4月1日時点で19歳以下の方 は1000円)

※詳細は、近代美術館で配布またはホー ムページに掲載の作品募集要項を参照

近代美術館

367 - 1055

第18回佐久市児童生徒写生大会





▽**日時** 10月8日出

午前9時~午後2時3分

(受付:午前8時30分~45分)

月に近代美術館で展示します。

風景を描いてみましょう。作品は来年2

駒場公園と茨城牧場長野支場で、

秋の

▽対象 小中学生

※雨天の場合は翌日9日印

※どなたでも参加できますが、審査対象 ※小学生以下は保護者等の同伴が必要

は市内小中学校の児童生徒のみ

さい。

LINEから申し

込みができる

市主催のイベン

ト等は、下記 QRコードから お申し込みくだ

LINE QR⊐-

▽**持ち物** 絵を描く道具(水彩絵具、ク

レヨン、画板など)、昼食、飲み物、

シート等

※画用紙は近代美術館から支給



になる -ムページ

雑誌リサイクル市

10月の行事予定 **5**58 - 4321 82 - 3932 **8**67 - 2111

■浅科図書館

図書館

▽おはなし会

日時 15日出午前11時

▽ちいさい子のおはなし会 日時 20日休 午前10時30分

参加自由です。

一中央図書館

▽おはなしの会

▽申込方法 うすだスタードームへ電話

で申し込み

▽定員 3名程度 (申込先着順)

· 日時 8日出午前10時30分

▽赤ちゃんのおはなし会 · 日時 20日休 午前10時30分

対象 乳幼児

▽ぽっけおはなしの会 日時 15日出午前10時30分

▽語りのおもてなし

日時 22日出午後3時

▽ザ・フレンズ朗読会 日時 26日冰午前11時

▽佐久の先人を語る

「現代書道の基礎を築いた 比田井天来」

• 日時 29日出 午後1時3分

▽雑誌リサイクル市 講師 天来記念館館長 木内 恵理子氏

日時 29日出・30日间の開館時 (雑誌無くなり次第終了) 間

三臼田図書館

▽ブック☆ブックおはなしの会

日時 15日出午前11時

· 日時 (雑誌無くなり次第終了) 29日出・30日间の開館時 間

イベント参加者募集

市民活動サポートセンター **8**64 - 6362

▽日時 ■カフェさくさぽ~多文化共生~ 10月8日出

午後1時3分~3時3分 野沢会館2階ホー

■情報発信講座(①写真撮影②素敵なチ ゲストの話・対話の時間など

▽**日時** 10月15日出

ラシづくり)

①午前10時~正午

②午後1時~3時

▽対象 ▽会場 市民活動団体の方など 市民創錬センター視聴覚室

▽内容 講座・ワークなど

▽持ち物 ①カメラ・カメラ付スマホ ②パソコンまたはスマホ(貸出あり)

■区長さん役員さんおしゃべり会

~いつまで中止?!

地区イベント・居場所~

午後1時3分~3時3分 10月21日金

▽会場 野沢会館多目的室

事例紹介・情報交換など

■全イベント共通

▽参加費 無料

▽申込期限 apo@sakunet.ne.jp) で申し込み



▽申込方法 電話またはメール(sakus

開催日の2日前まで

中山道塩名田宿宿場祭り開催中止

浅科支所経済建設環境係

258 - 2081

慮し、本年も中止としました。 新型コロナウイルス感染症の状況を考 お祭りは中止となりましたが、

物をご覧ください。 田子供神輿」を展示しますので、ぜひ実 「塩名

▽展示期間 ▽展示場所 浅科支所複合施設1階ロビー 10月5日冰~14日金

望月駒の里草競馬大会開催中止

望月駒の里草競馬大会実行委員会 (望月支所内) **25**53 - 3111

慮し、本年も中止としました。 新型コロナウイルス感染症の状況を考

並木功展 期 一 会

家です。 並木功は、 佐久市出身・在住の日本画

年余の画業を紹介します。 会」を大切にしてきたという作家の40 本展覧会では、人々や風景との「一期

▽**会期** 9月17日出~11月6日田

▽休館日 の翌日 月曜日(祝日は開館)、 祝日

▽観覧料 ▽開館時間 午前9時3分~午後5時

般 6 0 0 円 (団体500円

学 生

(団体310円

・高校生以下または18歳未満

■同時開催 日本画繭彩会展 宰の画塾生による展覧会) (並木氏主

▽**会期** 10月8日出~16日回

▽観覧料 無料

○並木功展イベント参加者募集

■アンデスの民族楽器 体験ワークショ ップ

第5回歩行ケア市民セミナー

(一社) 歩行ケア協会

88 -

8358

・午後2時~3時30分 ・午前10時~11時30分 11時30分

▽参加費 無料

▽日時

10月23日(日)

午後1時3分~4時3分

※楽器は1名様1楽器まで ▽定員 15名程度(申込先着順)

■フォルクローレ ギャラリーコンサート

会場 長野県立武道館

主道場

無料

(受付:午後1時~)

▽**日時** 10月22日出 ·午前10時30分~11時

・午後2時~2時3分

▽内容 ▽対象

佐久広域圏にお住まいの方

・歩行計測と改善体操

(講師:歩行ケア協会)

講演会「スポーツで豊かな地域社会に」

(講師:Jリーグ第5代チェアマン

▽出演 中田秀一氏、中田美幸氏、 濵村 雅子氏

▽参加費 観覧料のみ

▽定員 30名程度(申込先着順)

■並木功 初心者色紙講座

▽日時 午後1時3分~4時3分 10 月29 田田 30 日田 (2日間

▽持ち物

上履き

村井 満氏)

▽**参加費** 1人500円

▽対象 小学生以上

▽**定員** 10組15名程度 (申込先着順

▽申込期限

10月12日(水)

▽申込方法

WEB申込フォームまたは

定員 88名(申込先着順

歩行ケア協会へ電話で申し込み

イベント共通

申込方法 LINEまたは近代美術館 へ電話で申し込み





鎌倉彫記念館企画展 鎌倉彫教室生徒作品展

鎌倉彫記念館

882 - 7095

▽展示期間 ご指導による本格的な彫と漆塗りを施し た作品をご鑑賞ください。 を、多数展示します。木内小夜子先生の 鎌倉彫記念館の教室生の皆さんの作品 10月15日出~11月23日

▽時間 午前9時~午後4時

※最終日は午後3時まで

▽会場 ▽休館日 月・火曜日、祝日の翌日 鎌倉彫記念館多目的室

▽入場料 毎月2日「風呂の日」サービス 無料(常設展示室は有料)

352 - 2515

もちづき荘

布施温泉

☎58 - 0033 **5**53 - 0181

穂の香乃湯

▽サービス内容 ▽**期日** 10月2日/k

入浴料50円引

※他割引券との併用不可

3つの温泉めぐりスタンプカードのポ イントが3倍

平尾温泉みはらしの湯 佐久市民DAY

平尾温泉みはらしの湯

10 月の最終金曜日に佐久市民を対象と

▽会場

市民交流ひろば

(佐久平駅南)

した入浴料の割引サービスを行います。

▽期日 10月28日金

▽入浴料(通常料金2%割引)

大人(中学生以上)600円

※他割引との併用は不可 小人(小学生) 300円

▽**持ち物** 佐久市在住を証明できるもの

池田玲子先生の食育講演会

農政課

862 - 3203

食育について、講演していただきます。

▽日時 11月2日(水

午後1時3分~3時3分

▽会場 佐久合同庁舎5階講堂

▽参加費 無料

▽対象 市民の方

▽**持ち物** 筆記用具、飲み物

▽定員 15名(申込先着順)

▽申込方法 LINEまたは農政課へ電

話で申し込み

>**申込期限** 10月17日/月

▽主催 佐久市生活改善グループ連絡協

被災地支援チャリティーイベント 「ここから。 マルシェ」の開催

▽企画団体 ▽申込期限

ヒッポファミリークラブ佐久

11月2日(水)

リラクオーレ NPO法人さくのわ花物語

3090 - 9146 - 9636

▽**日時** 11月3日 午前10時~午後4時 **未** 祝

> ▽内容 県内外のクラフト工房による物 ント等 品販売、キッチンカー、 ステージイベ





いてみよう!家族みんなでわく 国際交流サロン「世界の扉を開 わく多言語ワークショップ」

ら、体を動かして遊んだり、外国へ交流 に出かけた人の話を聞いたりします。 移住交流推進課 いろいろな国の言葉や音楽に触れなが **3**62 - 3283

▽日時 午後2時15分~4時15分 11月6日(1)

▽会場 浅間会館 第1会議室

▽参加費 無料

▽定員 10組(申込先着順)

▽申込方法 LINEまたは移住交流推 進課へ電話で申し込み

ホームページ QRコード

トワイライトコンサート

882 - 3962

文化事業団

山浦知実氏(フルート)、中山櫻子氏

ートです。 (グランドハープ) によるデュオコンサ

▽日時 11月19日出 午後3時~4時 (開場:午後2時3分)

▽演奏曲 ▽会場 コスモホール 大ホール ▽入場料 ツァルト「フルートとハープのための 無料(入場整理券が必要) 瀧廉太郎「荒城の月」、モー

協奏曲より第2楽章」他





オレンジカフェ座談会

362 - 3157

▽日時 高齢者福祉課 10月11日火 午後1時30分~3時

▽参加費 無料 ▽会場

佐久平交流センター

第3会議室

▽内容 座談会、レクリエーション

▽対象 専門職など 認知症の方、 家族・地域の方、

▽申し込み ▽**持ち物** 飲み物 不要

懐かしのディスコ・ダンス

文化事業団

882 - 3962

ダンスをプロのダンサーと一緒に楽しく 70年代、 大ブームになったディスコ

▽日時 ▽参加費 無料 (傷害保険料は別途集金) 12月8日休午後1時30分~2時30分 コスモホール 小ホール 10月20日休、11月1日休、

▽定員 ▽講師 ダンサー Kazui Suzuki氏 各回30名(申込先着順)

▽申込方法 文化事業団へ電話で申し込み

デッサンをしよう」 村吾蔵記念館イベント

川村吾蔵記念館 **8**81 - 5353

デッサンをします。 像や瓶等)をモチーフに、 自然物 (花や果物等) と人工物 鉛筆や木炭で (石膏

▽会場 ▽日時 川村吾蔵記念館 10月2日出 午前9時~正午 多目的室

▽参加費 無料

▽対象 どなたでも

※初めて描く方も歓迎

※小学生低学年以下は保護者同伴

▽持ち物 筆記用具 (鉛筆HB~4B等)

木炭・木炭紙(希望する方)、 10名程度(申込先着順) 飲み物

▽受付開始 ▽申込方法 LINEまたは川村吾蔵記 念館へ電話で申し込み 10月1日出

望月歴史民俗資料館講座 「御牧の制度と望月牧」

望月歴史民俗資料館

354 - 2112

▽会場 ▽日時 ルル 10月22日出 午後1時30分~3時 の里ふれあいセンター 大ホ

▽**参加費** 無料

▽講師 元佐久大学非常勤講師

▽定員 70名程度(申込先着順) 福島 邦男氏

▽申込方法 LINEまたは望月歴史民 俗資料館へ電話で申し込み

10月のご案内 いれあいポールセウォーキング

佐久ポールウォーキング協会事務局 **8**67 - 3318

■例会ウォーク

▽集合場所 **▽日時** 10月9日(日午前9時~10時30分 駒場公園中央噴水広場

▽参加費 1 0 0 円

▽内容 公園内と長野支場散策

※体験講習もあり

▽持ち物 飲み物、 雨具

I散策ウォーク

▽日時 10月16日田 午前10時~正午 ▽集合場所 女神湖通り無料駐車場

▽内容 ※女神湖ガイド付き 女神湖周辺散策 **約** 4 km

> ▽持ち物 飲み物、

> > 雨

■会員募集中

▽年会費 1000円 (各種特典付き)

画観賞会で昭和を語ろう」 冢族介護者交流会「懐かしの映

岩村田・東地域包括支援センター **8**67 - 6910

▽日時 午後1時3分~3 10月27日休 時20分

▽会場 長寿閣

▽参加費 無料

▽対象 家族の介護をしている方、 に関心のある方など 介護

▽講師 ▽内容 歌あり笑いありのコミカルな時 代劇 [ひばりの森の石松] の映画観賞会 人生一路会 青柳 修一氏

▽持ち物 飲み物

▽定員 20名 (申込先着順)

▽申込方法 岩村田・東地域包括支援セ ンターへ電話で申し込み

おやこの食育教室参加者募集

健康づくり推進課262-3189

▽日時 ▽会場 保健センター 10月29日出午前10時~11時30分

▽参加費 無料

▽対象 (中学生以上の兄姉・祖父母も可) 年中児~小学生と保護者の方

▽内容 テキストを用いたミニ講話、 ※参加者にはバンダナをプレゼント 理実習(試食は行わず持ち帰り) 調

> ▽申込方法 LINEまたは健康づくり ▽定員 先着8組(1組2~3名) ▽持ち物 エプロン、上履き

里親出前講座

▽主催 食生活改善推進協議会

▽申込期間

10月3日月~2日休

推進課へ電話で申し込み

佐久市から始めましょう~ ~子どもに家庭の暮らしを

子育て支援課 **3**62 - 3149

期間でも、共働きでも、子どもがいても り添う「里親制度」をご存知ですか。短 子どもを自分の家庭で預かり、成長に寄 大丈夫です。知ってください、里親のこ 様々な理由から親と一緒に暮らせない

まずは、お話だけでも聞いてみません

▽会場 ▽日時 市民創錬センター 11月11日金 午前10時~11時30分 視聴覚室

▽参加費 無料

▽ 対象 里親制度に興味のある方

▽内容 体験談など 里親制度についての説明 里

▽定員 20名(申込先着順)

▽申込方法 ougo@keiroen.or.jp) 8 - 1192) またはメール (kateiy タリングチームへ電話(0268-2 うえだみなみ乳児院フォス 11月9日(水 で申し込み

アロマ教室

中央隣保館

10月31日(月)

午前9時30分

中央隣保館

アロマオイルを使ったクリーム

へ電話で申し込み

▽申込開始 10月7日金

佐久市営農支援センター事務局 (農政課内) **3**62 - 3203

ます。経営目標達成のために、お役立て に必要な、複式簿記のセミナーを開催し 自分の農業経営の状況を把握するため

・時間 午後1時~4時30分 12月1日休・8日休・15日休・21日休 11月11日金・16日水、22日火、

▽会場 ワークテラス佐久2階

▽受講料 無料

▽テキスト代 830円 (税込)

▽対象

佐久地域の農業者(就農希望者

▽持ち物 ノートパソコン、筆記用具

▽ 時間

▽申込方法 佐久市営農支援センター事

▽定員 20名(申込先着順

計算機

▽申込方法 LINEまたは中央隣保館 農業複式簿記セミナー参加者募集 10名(申込先着順

> ▽申込期限 10月31日(月)

ファシリテータ育成講座

文化事業団

882 - 3962

師に、舞台芸術で培った手法を通じて進 お伝えします。 行役としてのファシリテータの役割りを 演劇などの表現芸術の専門家たちを講

▽**日時** 11月20日(日)、12月10日(土)

▽参加費 無料(資料代が必要となる場 ▽会場 コスモホール 小ホール 午後1時3分~3時3分

▽講師 若林 優也氏、増澤 珠美氏 み氏 (予定) 佐藤 健一氏、小松 春奈氏、井川 ちな 合あり)

▽申込方法 文化事業団へ電話で申し込み ▽定員 各回3名(申込先着順) >**持ち物** 筆記用具、汗拭きタオル、 室内履き(スリッパ以外)、飲み物

スポーツ教室参加者募集

佐久市スポーツ協会 88 - 6123

-ソフトボール (ピッチング) (全5回)

▽ 期間 11月12日出~1月21日出 午前9時~11時30分

▽会場 浅科多目的屋内運動広場 他

▽対象 ▽**参加費** 2500円 高校生以上

務局へ電話で申し込み

▽時間 水曜)

11月3日冰~2月8日冰 (毎週

午後7時~9時

▽会場 佐久市総合体育館 大体育室

▽**参加費** 2500円

▽対象 ▽定員 40名(申込先着順) 18歳以上(高校生除く)

■スポーツクライミング(中学生以上向

け) 教室 (全5回)

▽期間 11月3日 (木・祝) ~12月1日(木) (毎週木曜)

▽時間 午後7時~9時

▽会場 佐久平ロッククライミングセン

▽参加費

ター

▽対象 中学生以上 中高生2200円、 般2700円

▽定員 20名 (申込先着順)

■ティーボール教室 (全 2 回

▽日時 午後1時~3時 11 月20 日(日·27 日(日)

▽会場 佐久総合運動公園

▽対象 5歳~小学3年生 ▽**参加費** 1500円

▽定員 30名(申込先着順)

▽申込方法 佐久市スポーツ協会窓口で ■教室共通 参加費を添えて申し込み

10月4日火

■ソフトテニス教室(全10回) 20名(申込先着順)

長野県立武道館 運動教室参加者募集 **2**78 - 5370

エアロスリムキックボクシング教室

▽日程 毎週水曜

▽時間 午後7時30分~8時30分

▽予約開始 毎月25日 ▽**参加費** 1回700円

ーザ・サーキット教室

▽日程・時間

每週金曜 午前11時~11時45分 毎週火曜 午後7時3分~8時15

▽予約開始 毎月2日 **参加費** 1回500円

■ゆるゆるストレッチ教室

▽時間 午前10時~10時45分 ▽日程 毎週火曜

▽予約開始 ▽**参加費** 1回500円

■教室共通

▽対象 中学生以上(中学生は保護者同

▽申込方法 ▽定員 15名(申込先着順 長野県立武道館へ電話また

は窓口で申し込み



親子で足育教室

健康づくり推進課262-3524

▽日時 ▽参加費 市内在住の年中児~小学2年生 市民創錬センター 11月12日(土) 午前10時~11時30分 大会議室

・足裏測定 足のサイズをはかってもらおう

とその保護者

栄養のはなし 足にあった靴えらび、親子でやろう足 育たいそう

足のはなし

▽定員 ▽持ち物 いつも履いている靴 ▽申込方法 LINEまたは健康づくり 身体をつくる栄養アドバイス 10組程度(1組子ども2名まで)

▽申込期間 推進課へ電話で申し込み 10月24日月~28日金

教室参加者募集

は窓口でお申し込みください。 ています。 染拡大防止対策のため参加人数を制限し 参加対象者は障がいのある方です。 必ず事前に電話、 FAXまた 感

料理教室

▽日時 10月6日休 午前10時~午後1時

> ▽参加費 中込会館 500円(食材費) 3 階 調理講習室

▽持ち物 エプロン、三角巾、 マスク

※感染状況に応じて作った料理を持ち帰 ※申込後のキャンセルは前日の午前中まで

エンジョイ・アート

る可能性あり

▽会場 ▽日時 10月11日火 午後1時30分~3時 野沢会館 創作室

▽内容 ▽参加費 100円(材料費 粘土で自分の好きな作品を作ろう

汚れてもよい服装



粘土作品例

ヨガ教室

▽日時 10月28日金

▽会場 午後1時30分~2時30 野沢会館 2 階 分 和室2・3

▽持ち物 ▽参加費 無料 飲み物・ ヨガマット (お持ち

の方

▽服装 楽に動ける服装

|健康体操教室

▽日時 11月10日休

▽会場 午後1時3分~2時3分 野沢会館 2 階

▽内容 ミニゲーム等で楽しく体を動か 和室1・2

▽参加費

▽持ち物 飲み物

▽服装 運動のできる服装

共生社会実現のための手話講座

佐久保健福祉事務所福祉課

363 - 3143

手話を学ぶことができる講座です。 手話の歴史や簡単な日常会話に関する

▽日時・場所

10月2日/月 午後2時~4時 軽井沢町木もれ陽の里 保健センター (軽井沢町大字長倉4844-1)

12月1日休午後2時~4時 野沢会館 103号会議室

▽参加費 無料

▽申込方法 佐久保健福祉事務所福祉課 へ電話で申し込み

▽申込期限 各開催日3日前の午後5時

市税等 介護保険料 (第7期) 後期高齢者医療保険料 (第4期) ※納付は、安心便利な口座振替をご利用 ください。また、口座振替は感染症の 予防にもなります。 ※口座振替の方は、振替日の前日までに 残高の確認をお願いします。

▶期限内の納付をお願いします

納期限 10月31日 (月) 市県民税 (第3期) 国民健康保険税 (第4期)



ふるさと納税 QRコード



奇附

▽市へ

現金1千万円 渡辺パイプ㈱様

交通安全ドリル2種類 1740冊 ユーグループ様

▽市内小中学校、市内保育園・児童館へ 現金2千円 佐久の鯉太郎Z様

消毒液5ℓ210本

容器500㎡・800㎡ 各420本 軽井沢ブルワリー㈱様

じゃがいも 300 市内児童館へ

kg

油井次男様

岩村田保育園

・こども用雑誌「ちゃぐりん」 38

▽市内小中学校、 佐久浅間農業協同組合様 市内図書館、

絵本「大きな木」 76 册

(特非) 日本移植支援協会様

■ふるさと納税寄附

ざいます。 ィングでご寄附いただき、 ふるさと納税およびクラウドファンデ ありがとうご

います。 寄附者名は、 ホームページに掲載して

相談コーナー

新型コロナウイルス感染症の影響により 中止・延期となる場合があります。

行政相談

10月5日欧午後1時~4時 野沢会館103会議室 浅間会館会議室3 10月12日例午後1時~4時 10月17日(月)午後1時~4時 浅科支所 あいとぴあ臼田 10月19日(水)午後1時30分~4時 10月19日(水)午後1時~4時 市役所2階市民ホール 10月26日例午後1時~4時 東会館学習室兼小会議室 中込会館会議室1 10月31日(月)午後1時~4時 ■問合せ 総務課 ☎62-3002

司法書士無料法律相談

10月21日 金 午 後 1 時 ~ 3 時

あいとぴあ臼田多目的室1、2

■問合せ 長野県司法書士会佐久支部 ☎92-3011

生活・就労相談(まいさぽ佐久市)

平日 午前9時30分~午後5時(相談無料)

あいとぴあ臼田

■問合せ まいさぽ佐久市 ☎88-6511

子育て相談

木曜・祝日を除く午前10時~午後3時 ※日曜日は要電話予約(午前10時~午後1時) サングリモ中込2階 つどいの広場交流センター内 ■問合せ 子育て相談室 ☎63-3794

家庭児童相談

平日 午前9時~午後4時市役所2階家庭児童相談室平日 午後1時~4時 各児童館

■問合せ 家庭児童相談室 262-3149 または各児童館

教育相談

平日 午前8時30分~午後6時

市役所南棟3階教育相談室

■問合せ 教育相談室 ☎62-2918

人権なんでも相談所

毎週火・木曜日(祝日を除く) 午前9時~午後4時(相談無料) 事前にお電話の上、お越しください

■問合せ 長野地方法務局佐久支局 ☎67-2272

消費生活相談

平日 午前8時30分~午後5時15分 佐久市消費生活センター (市役所2階市民ホール内) (不在時は市役所3階生活環境課)

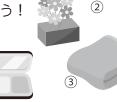
■問合せ 佐久市消費生活センター ☎62-7501 または生活環境課 ☎62-3094



■問合せ 生活環境課 ☎62-3094

次のごみを分別してみましょう!

- ①携帯用鏡付き化粧道具
- ②生花用給水スポンジ
- (3)毛布



雑がみ(古紙類)の分別徹底にご協力ください

雑がみとは、新聞・ダンボール・紙パック以外の リサイクルできる様々な紙のことです。可燃ごみに 含まれる紙類には、お菓子やティッシュの箱などの 「雑がみ」が多く含まれています。「雑がみ」の分 別徹底にご協力をお願いします。

雑がみの出し方のポイント

- ・紙袋に入れて、袋の上部をホチキスでとめるか、 袋ごとひもで十字に縛って出す。 ここから 分別を確認↓
- ・雑誌に挟んでひもで十字に縛って出す。
- ・雑がみを束ねてひもで十字に縛って出 す。



【正解】①埋立ごみ ②可燃ごみ ③資源B古布・古着類

公式SNSで行政情報等を発信しています!







Facebook

休日•夜間窓口

〈各種証明書発行、マイナンバーカード交付(要予約)〉

- ●休日窓口 10月23日(回) 午前8時30分~午後0時30分
- ・市民課、税務課、収税課
- ●夜間窓口 平日 午後5時15分~6時30分
- · 市民課、税務課、収税課
- ・臼田支所、浅科支所、望月支所は月曜日(祝日の場合は その翌日) のみ

人口

98,428人 (+32人) 総数 48,419人 (+28人) 50,009人 (+4人) 世帯数 43,140世帯 (+535) 〈9月1日現在〉 (増減は前月比)

交通事故・救急火災

		8月の月間件数	令和4年1月~8月の累計	
人身	事故	18件	146件	
死	亡	0人	2人	
負	傷	26人	169人	
救	急	484件	3,256件	
火	災	3件	40件	

13ページをご覧ください

心といのちの支援相談員が悩みをお聴きします

お悩み相談 こころがホッ **25**0120-07-5560 ■相談日時 月~金曜日 (祝日・年末年始を除く) 午前8時30分~午後5時15分

かかりつけ医・薬局を決めましょう!@~~

同じ病気で複数の病院を受診すると、そのたびに初診料がかか るほか、何度も検査や投薬を行うので身体的にも経済的にも負 担が大きくなります。



タファ

学び むすぶ

公民館葬 No.211

令和4年

佐久市中央公民館 -385-0011

佐久市猿久保 165-1 市民創錬センター内 Tel.0267-66-0551 Fax.0267-66-0553 E-mail: kominkan@city.saku.nagano.jp

今しかできない体験を! ~子ども公民館報告~

「川で宝石を探そう!」

無駄になる経験はひとつもない。

皆ばらばらになる。けれ



7月28日 千曲川河川敷での様子

^*^*`

中込公民館から千曲川河川敷に向かった10組23人の親 子(小2~5)。説明と注意を聞き、早速宝石探しを開始。 これぞという石を拾うと講師の前に並び、鑑定を仰ぐ。初 めは何回も"駄目出し"された子も「子どもは目がいいか ら必ず見つかる」という講師の言葉通りに、ガーネット、 オパール等を含む鉱石を次々に発見。

上流から無尽蔵に流れ来るという地球の不思議を感じ、 重たいほどの鉱石と日焼けした笑顔を収穫物に終了した。

参加者70名余の親子(未就学児~小5)は、前半は分かれ て体験。「ボッチャ組」は未就学児も投げ合って楽しみ、小 学生は一投で展開が変わる競技の面白さに熱中し、初対面な がらチームが団結。「折り紙組」は、課題の"ツムツム"が 難しく苦戦した分、完成させた喜びは大きい。

後半は生演奏とバレエの公演を間近で鑑賞。「動物の謝肉 祭」では動物に扮して参加したり、「ディズニー」の演奏に 手拍子したりと、みんな体全体で楽しんだ。

ず



参加型コンサートの様子

最後の時を悔いなく頑張れるよう

彼らは勝ちを積み重

息子が試合に負けた。

夏休みの「子ども公民館」は28企画。例えば「もちづき子どもまつり」は、地区育成会を中心に 30名程の実行委員で運営したという。優れた講師とスタッフのバックアップによって、 「今、ここ でしかできない」体験ができたと、取材を通じて実感しました!

年間続けたバスケの最後の試合になった。 後の試合になると覚悟した時みんな泣い 県大会、大きく点差が開き、もうこれが最 子が足を滑らせて怪我をしてしまった。 県大会前日、練習終了直前にレギュラーの 験できず、諦める事ばかり学ばされた。 にサポートしてきた。 精一杯やっても引退の時は必ず来る。だか なる事を誰が想像できただろうか。 迎えた コートでプレーするのがこの練習で最後に っと一緒にやってきて、まさか彼と一緒に コロナに振り回されてきた。彼らはこの? 今日、 色えんぴつ でも、神様は時にとても残酷な事をする 息子達の学年は、入学した時からずっと 県大会に進んだ していてほしかった。 得られたはずの頑張りきる時間を経 1分1秒でも長く仲間と楽しんでプ あの日皆で味わった苦い気持ちを糧 最後の夏はほろ苦かった。



臼田地区 H

ま 美

佐久の先人⑥ 佐藤 採花 1844~1901 (旧浅科村出身)

先人を知ることは、ふるさとを知り、自分自身の生き方を深く考え、未来をつくっていくきっかけとなります。 第6回は、明治維新という大変革期に全国を巡り自己を磨き続けた遊歴女流俳人佐藤採花です。



「さえずりや野山も匂う雨の跡」と詠まれた句碑が、佐久市塩名田の信号機のそばの佐藤悦生 様の敷地内に建立されている。幕末、明治を生き抜いた女流俳人、佐藤 (蜂庵) 採花の句碑である。

採花は、本名佐藤たつの。天保15年(1844年)11月5日、塩名田に生まれ、幼少時代は江戸 に出て、娘義太夫を演じながら父親と生活していたという。娘義太夫は映画という娯楽が普及す る前は人気の大衆芸能で、この見目麗しい少女の語る悲しげな話に、皆聞きほれたものであった という。嘉永元年、5歳の時に江戸に出て、足かけ11年、娘義太夫として人気稼業に生きてきた のである。この経験は、少なからず次の目標となる俳諧を極めるもととなる、積極的で物おじし ない性格を作り上げていったと思う。

15歳の時帰郷し、北大井村八幡(現小諸市)の俳匠小林葛古に入門し、その後、塩名田で寺子屋を開き、多くの門 人を集め、句作の真髄から自己の生き方まで教えたという。再び江戸へ出た採花はのちに明治政府の俳諧教導職とな る橋田春湖に入門し、そののち小森卓郎の内弟子となっている。やがて俳人池永大蟲と同居をはじめ、28歳の時「蜂 庵」と号した。橘田春湖・小森卓郎共に俳人として大成した人物で、採花は実によい師についたといえる。同居中の 池永大蟲も当時相当名の知れた俳人であり、芭蕉研究に生涯をかけていた。採花は幕末から明治初年頃まで日本橋横 山町板新道で大蟲と生活していたが、明治2年、大蟲がこの家をひきはらって向島、長命寺の芭蕉堂に移ったので、 採花はこれを機に郷里の塩名田に帰った。

俳句の道を究めようと全国各地を巡り、多くの文人と交わることで、採花はますます剛毅な性格と開拓精神の旺盛 さを培っていった。明治12年4月から5月にかけて秋田県の俳人、庄司唫風のもとに滞在、その後北海道に渡り、9 月から小樽の俳人、対几方に滞在。明治13年には佐渡の本間斧刪方を訪問している。持ち前の豊かな感受性と全国を 巡り自己を磨き続けた経験から、多くの作品を生み出している。明治8年『袖日記』、翌年『穂あかり』、九州の筑 紫に赴くにあたり『こればかりは』を次々と世に出し、正月には『歳旦摺り』を発行し、以後、明治33年まで毎年発 行した。

故郷も大切に思い、時々帰ってきた。各地へ移動するのに大変だった時代、乗り物を利用したり、自分の足でも歩 き、目的地までたどりついたのだと思う。健脚であったと想像される。

採花は俳句を通じて、農村庶民文化に大きな足跡を残した。当時浅科地域では、女性を中心に俳句を作って楽しむ 「俳史会」のクラブ活動が盛んに行われ、伝統・精神が脈々と受け継がれてきた。

女性の業俳が少ない時代に、俳諧の中で相応のポジションを占め、多くの人々に影響を与えた方が、すぐ近くの出身 だということに誇りを感じ、これからも採花の作品を味わいたいと思う。

<参考資料>「佐久の先人二・佐藤採花」(佐久市教育委員会・佐藤治郎文責) 「女流俳人佐藤採花」(長野郷土研究会 機関紙「長野」第238号2004の6 矢羽勝幸)

を視

聴し、

命の大切さについて考えまし

研

修会の最後に、

7

のちの

駅

伝

0)

D V

D

41

のちの駅伝は、

を受け、

自ら命を絶ってしまったという辛く悲

かつて高校生が

「いじ

た。

(元五郎兵衛記念館長 春原邦江)

のために、

々

な事業を実施してい

ます。 :教育の

| 久市で

は、

和

進

※お問い合わせ等は人権同和課まで(☎61−3135) 佐久市人権同

です。 繰り してはいけない」 にり い出来事をきっかけに、 別を解消するためには、 れ 返さないようにしたい」という願い 鈍くなっ 師からは、 正しく伝え、行動することが重要です。 との話がありました。 続けられ 人権同和教育の推進を図ります。 地域などあらゆる場を通じて、 たりします。 これからも、 「人権は、 れているものです。 「このような悲劇を二度と 時々 包丁と 「いじめや差別を許 幼稚園や保育園 正 しく知ることに 磨くことが必要 同じで、 から発

ぼの」を題材に、 教育研修会を実施しました。 職員を対象とした取組についてご紹介します。 ンターにて原英正さんを講師に招 現 教職員を対象に、 その中の一つとして実施している、 実践的, 修会は、 状についての話や、 転入の教職員が配属されています。これら 久市内の学校には、 な内容でした。 部落差別をはじ 学習指導案を示しての解説な 5 月 23 日 毎年 人権教育副読本 め 月 五〇名ほどの あらゆ 市民創錬セ 人権 でる差別 新



年 度 教の

和

第18回佐久市民総合文化祭開催のご案内

佐久市にお住まいの方や市内で文化活動をされている方が、日頃の活動の成果である作品を発表する場です。 新型コロナウイルス感染症対策として、今年度も会場を分けて開催します。

皆さんのご来場をお待ちしております。

- ●開催日時 11月5日(土)~11月6日(日) 午前9時~午後5時(6日は午後3時まで)
- ●開催場所 野沢会館・市民創錬センター
- ●同時開催 第44回佐久市菊花展(会場:市民創錬センター)

	野沢会館	市民創錬センター	
展示部門	書道・篆刻・刻字・絵画・写真・水墨画・ 木彫・陶芸・民芸・工芸銅板・仏像彫刻・	盆栽・華道・フラワーデザイン・ 絵手紙・押し花・切手	
	短歌・俳句・川柳・表装・拓本	菊花展(11月3日(木)~9日(水))	

※新型コロナウイルス感染症拡大防止対策として、開催方法を変更または中止とする場合があります。

【問合せ】佐久市中央公民館(市民創錬センター内) TEL 66-0551 FAX 66-0553

令和5年1月3日「二十歳のつどい」(成人式)参加申込について

■式典の名称変更について

民法改正により、令和4年4月1日から、成年年齢が20歳から18歳に引き下げられましたが、佐久市では、式典の名称を「成人式」から「二十歳のつどい」に変更し、これまでどおり20歳の方(今年度は、平成14年4月2日~平成15年4月1日生まれの方)を対象として開催します。

- ■参加申込について
 - ○令和4年9月30日現在、佐久市内に住民登録がある方

11月上旬頃、住民登録の住所に、ご案内をお送りします。ご案内が届き次第、電話または佐久市公式 LINEアカウントよりお申し込みください。

○進学や就職等で佐久市外に転出し、佐久市に住民登録がない方

電話または佐久市公式LINEアカウントよりお申し込みください。

12月上旬頃、お申込みされた住所に、ご案内をお送りします。

-≪電話申込≫-

佐久市教育委員会 生涯学習課

☎0267-62-0671 (平日8:30~17:15)

≪LINE申込≫ (推奨)-

佐久市公式LINEアカウントを友だち追加後、イベント予約を選択しガイドに そって必要事項を入力してください。



※詳細は市公式HPを ご確認ください。

公民館 おきそいカレンダー

●お住いの住所に関係なく、どの公民館の講座にも参加できます。

以下の講座は開催できるよう準備を進めておりますが、新型コロナウイルス感染症の状況によっては、中止または延期とする場合もあります。不明の点は、各公民館にお問い合わせください。なお、参加の際は、全員マスクの着用をお願いします。

■中央公民館☎66-0551 ■浅間公民館☎67-2110

講座及び学習内容		日	時	場	所	講師·指導者	費用・持ち物等	
	中	【創錬の森 市民大学】	110日19日(水) 10:00~1 2:00		市民創銀	ヤンタ	/- III 24/+/-15	<参加費>無料
	 不	◎転換期を迎えた佐久のまちづくり					信州大学教授	<定 員>10名程度
	-央公民館	発展を続ける佐久のまちづくりについて学			大会議室	2	武者忠彦先生	※学生の後方での聴講となります
	館	びましょう			八五贼王			※申込受付開始 10月3日 (月) 8:30
ſ	洼	◎フラ しコュン <i>はいナ</i> 誰应						<参加費>無料
	僧	◎スマートフォン使い方講座	①11月14日(月)		*****	5	フラナ化送品	<持ち物>スマートフォン(お持ちで
1	公	基本的な操作方法から、カメラ・インター	②12月15日(株)		浅間会館	-	スマホ指導員	ない方には貸出します)
	浅間公民館	ネット検索など、初心者向けの講座です。	(時間)10:00~11:30	会議室3・4	高野亜由先生	<定 員>10名程度		
	館	お気軽にご参加ください						※申込受付開始 10月19日(水) 8:30

公民館 おきそいカレンダー

■浅間公民館☎67-2110 ■野沢公民館☎62-0116 ■中込公民館☎62-0504

■東公民館☎67-2545 ■臼田公民館☎82-2106

Г								
		講座及び学習内容	日時	場所	講師·指導者	費用・持ち物等		
	浅間公民館	◎ 洋風クッキング②メニュー: ヒレ肉のベーコン巻き・ロールケーキ・ごぼうのピクルス※調理のみで試食は行いません	11月24日休 9:30~12:00	浅間会館 料理講習室・食 育室	料理研究家 内田すみ江先生	< 参加費>800円程度(材料費) < 持ち物>米0.5合・エプロン・三角巾・ 持ち帰り用容器 < 定 員>12名 ※申込受付開始 10月26日(x) 8:30		
	野沢	◎ 佐久鯉料理教室伝統料理である鯉料理を学びましょうメニュー: 鯉のうま煮・鯉のあら汁・鯉の 唐揚げ※調理のみで試食は行いません	11月18日倫 9:00~12:00	野沢会館 2階調理室	組合	<参加費>1,000円程度(材料費) <持ち物>エプロン・三角巾・持ち帰り用容器(汁物用も含め複数) <定 員>12名 ※申込受付開始10月7日億8:30		
	野沢公民館	◎ 手打ちうどん講習会自分で打ったうどんは格別!おいしいうどんの打ち方を学びませんか※調理のみで試食は行いません	11月29日(火) 9:30~12:00	望月観音峯活性化センター	味処店主 土屋しのぶ先生	<参加費>500円程度(材料費) <持ち物>エプロン・三角巾・持ち帰り用容器 <定 員>10名 ※申込受付開始 10月17日(月 8:30		
	中込	◎ そば打ち体験講座一人一鉢新そばを使ったそば打ちに挑戦してみませんか。打ったそばはお家で茹でてお楽しみください	11月24日休) 9:30~11:30	信州蕎麦打ち研 究会のそば打ち 道場(中込)	信州蕎麦打ち研究 会の皆さん	<参加費>1,500円程度(材料費) <持ち物>エプロン・三角巾・持ち帰り用容器 <定 員>8名 ※申込受付開始 10月24日(月) 8:30		
	込公民館	◎ カラダいきいき健康講座④ 「楽しく、無理なく、いつまでも若々しく」 あなたが主役の健康づくりを応援します。 膝痛の改善・転倒・骨折予防のための体操 です	11月 8日似 10:00~11:30	中込会館大会議室	くろさわ病院 理学療法士 池田倫子先生 新海早恵先生	<参加費>無料 <持ち物>ヨガマットまたはバスタオ ルなど床に敷けるもの・飲み物 <定 員>30名程度 ※申込受付開始 10月11日似 8:30		
	東	◎ 人権講座身近な人権について一緒に学びましょう。参加お待ちしています	11月11日億 18:00~19:00	東会館 会議室1・2	人権同和教育推進 員	<参加費>無料 ※申込は不要です		
	東公民館	◎ 初めての茶道教室(秋) いつもとちがった空間に身をおいて…季節 ごとに茶道を楽しみましょう。 初めての方、大歓迎です!	11月18日ሬ) 9:30~11:30	東会館 和室1・2	表千家茶道講師 保坂真千子先生	<参加費>600円程度(お菓子、お茶 代等) <持ち物>白い靴下 <定 員>10名 ※申込受付開始 10月18日(以 8:30		
		◎星空ウォーキング!~星の教室(秋)~ 星空観望会です。秋の星空を一緒に楽しみましょう ※雨天の場合も開催します	①10月26日(x) <秋の星座> ②11月 2日(x) <月> (時間)19:30~21:00	あいとびあ臼田 多目的室3・4	うすだスタードー ム職員	<参加費>無料 <定 員>各回15名程度 ※申込受付中		
	◎第48回ふるさと写生大会 文化の日秋の風に吹かれながら、臼田稲荷山公園で写生を楽しんでみませんか。《日 時》 11月3日(祝・木)9:00~12:00 ※雨天中止							

«受 付» 8:45~9:00 (稲荷山公園駐車場)

«持ち物» 鉛筆・絵具・クレヨン・画板など

«参加費» 無料 ※画用紙は1人1枚当日受付でお渡しします。

※申込受付締切日 10月27日(木)17:15

《作品展示期間》11月7日(月)13:00~15日(火)15:00

場所:あいとぴあ臼田エントランス



◎年賀状パソコン教室(全3回)

パソコンでオリジナル年賀状を 作ってみましょう ※ノートパソコンが ある方限定



①11月11日(金) ②11月18日(金) ③11月25日金 (時間) 9:30~11:30

あいとぴあ臼田 ソコンサークルぴ 多目的室3・4 ぴかねっと」代表 | <定 員>10名 平林稔子先生

<参加費>700円程度(テキスト代等) |学習グループ「パ |<持ち物>CD-ROMが使えるノート パソコン ※申込受付期間 10月6日(水) 8:30~ 11月7日(月) 17:15

そいカレンダー 公民館

■浅科公民館☎58-3957

■望月公民館☎53-2548

Г		=# 応 ひょどとり		п+	+8 =5	=# 位下 + 比公会 = 大	弗里 +++
-		講座及び学習内容		時	場所	講師·指導者	費用・持ち物等
		肉まんづくり教室寒い季節に食べたくなる肉まんづくりに挑戦してみましょう※調理のみで試食は行いません	11月 9日(水) 13	3:00~16:00	浅科会館 料理講習室・食 育室	学習グループ「サ ークルミモザ」の 皆さん	<参加費>700円程度(材料費) <持ち物>エプロン・三角巾・飲み物・ 持ち帰り用容器 <定 員>12名 ※申込受付開始 10月4日(※) 8:30
	浅科	◎ 人権講座 身近な人権について改めて考えてみませんか?	11月12日(±) 13	3:30~14:30	浅科会館 会議室1・2	人権同和教育推進員	<参加費>無料 <持ち物>飲み物 <定 員>30名 ※申込受付開始 10月7日(金) 8:30 ※当日参加もできます
	浅科公民館	◎切り絵講座~年賀状編~(全2回)年賀状にぴったりな切り絵を作ります	①11月14日(月) (時間)9:30~		浅科会館 創作室	切り絵作家 竹内芳枝先生	<参加費>500円程度(材料費) <持ち物>デザインカッター、カッター板 <定 員>8名 ※申込受付開始 10月12日(x) 8:30
		◎ そば打ち講座新そばの季節です。そば打ちに挑戦してみましょう!※調理のみで試食は行いません	11月24日休 9:		浅科会館 料理講習室・食 育室	味処店主 土屋しのぶ先生	<参加費>800円程度(材料費) <持ち物>エプロン・三角巾・飲み物・持ち帰り用容器 <定 員>10名 ※申込受付開始 10月20日(ま) 8:30
	-	◎家族の笑顔が一番~しあわせクッキング~メニュー:キッシュ・スイートポテト・味ごはん※調理のみで試食は行いません	11月10日休 9:	30~12:00	駒の里ふれあい センター	ト料理研究家 内田すみ江先生	< 参加費>800円程度(材料費) < 持ち物>エプロン・三角巾・飲み物・ 持ち帰り用容器 < 定 員>8名 ※申込受付開始 10月13日(利 8:30
	望月公民館	(①11月30日(水) ③12月13日(火) (時間)9:30~		観音峯活性化センター	? 講師 鈴木 茂先生	<参加費>1,000円程度(材料費) <持ち物>エプロン・三角巾・持ち帰り用容器 <定 員>7名 ※申込受付開始 10月27日(水) 8:30
		◎親子ふれあい劇場	12月18日(日) 13:30開場 14:00開演 (上演時間 約		駒の里ふれあい センター 大ホール	出演 ホーボーズ・パ ペットシアター	< 参加費>無料 <定 員>200名 ※申込受付期間 11月9日(x) 8:30~ 11月11日(a) 17:15

※一部を除き、事前に電話または窓口にて、個人(家族)ごとの申込みが必要です。(詳しくは各公民館へお問い合わせください) ※申込受付は平日の8:30~17:15です。ただし望月公民館は月曜日と祝日の翌日は休館です。

※〈定員〉のあるものは先着申し込み順で、定員になり次第締切となります。ただし、初めての方を優先する講座もあります。 また、抽選のマークが付いている講座は、申込多数の場合抽選とし、当選者には後日通知します。

から分かりました。

次への願いにあふれるたくさんの言葉

※「全〇〇回」の表記は、シリーズで行う講座で、継続しての参加をお願いします。

らない程の素晴らしい出会いがたくさ もしてもらいました。真っ直ぐな目を かったので、これからも集い、続けて の生きがいになっている大切な所と分 さんたちからは「公民館活動は皆さん 年続けてきたことが良かった」、学生 からは「大変なこともあったけれど長 色々な話ができました。水墨画の先生 ループの皆さんと信頼関係が生まれ、 回してもらううちに、水墨画の学習グ しいものでした。 した学生の皆さんとの出会いも素晴ら ィアとして見学会をしてみるなど提案 工夫、若い人が企画する講座のアイデ ほしい」などと。そして公民館PRの 嬉しいものでした。水墨画の体験を2 んあります。 公民館には、この紙面では収まりき また、佐久大学の学生との出会いも

東公民館長

浅川恵子)

ちが知る良い機会でした。そのことは 児童の皆さんからの「楽しかった。ま いる大人が身近にいることを子どもた 生き生きと楽しみをもって生活をして た一緒に学習したい」などの、感謝や 義な時間となりました。この交流は、 でも準備万端に整えていただき、有意 小学校の4年生の皆さんとの体験学習 イタリティーに溢れ、お元気です。

学習グループの皆さんはバ

くわくする日々を送っていま を務めています。その中で、 人との素晴らしい出会いにわ こんな出会いがありました 昨年度より東公民館の館

障害年金専門の社会保険労務士による

(事前予約制) ▶場所:野沢会館

◆日時:毎月第二水曜日 13時30分~16時30分

- * 人工透析・人工関節・人工肛門・ペースメーカー 等
- * がん・糖尿病・特定疾患・脳疾患等
- * うつ病などの精神の病、視力・聴力の低下、生活や労働 に制限のある方等(労働していても受給可)
- ※受給するには諸条件があります。お気軽にご相談下さい。

野障害年金研究

Tel. 0267 **68-7367** 佐久市鳴瀬 1804-2



[問] **②267-22-9274** 小諸市和田 841-7 % http://www.nozomi-g.co.jp/

入居のご案内、介護でお困りのことなど、 総合的に何でもご相談いただける窓口です。 介護のプロが対応いたします! お気軽にご利用下さい。









お問い合わせ

TEL. 0120-811-772

小諸市御影新田字池ノ上2090-1 (ことぶきの家 小諸 内)



処方せん調剤・介護用品・医薬品・化粧品 皆様のかかりつけ薬局をめざして…



TEL.0267-82-3141 FAX.0267-82-3142

調剤用薬品備蓄 約2300品目

開局時間

夜間·緊急連絡

●9:00~19:00 ●9:00~18:00(土曜のみ)

TEL.0267-82-8205 0267-82-3143





佐久営業所

〒385-0021 長野県佐久市長土呂862-2

TEL 0267-66-3339 FAX 0267-68-7016

福祉用具、介護用品についてのお悩 みなど、お気軽にご相談ください。

福祉用具レンタル・販売 住宅改修 🕄 💚 エフビー介護サービス株式会社

〒 385-0021 長野県佐久市長土呂 159-2 TEL 0267-88-8188 FAX 0267-65-8809



佐久 0267-62-0081 本社/佐久市野沢20 上田営業所(0268)22-2363 小諸営業所(0267)22-2100

http://www.chikuma-bus.com

🚻 つどいの広場

サングリモ中込内:午前9時~正午、午後1時30分~3時30分

あさしな保育園内:午前9時~正午 もちづき保育園内:午前9時~正午 うすだ健康館内 :午前9時~正午 中佐都児童館内 :午前9時~正午

※利用制限がありますので、ホームページをご覧ください。

■児童館午前中開放事業

対象: 就学前のお子さんと保護者等の方

日時:日曜日、年末年始および小学校休業日を除く日の午前10時~正午

会場:岩村田・野沢・泉・平根・佐久平浅間各児童館

問合せ:子育て支援課 ☎62-3149

子育でサロン 午前9時30分~11時30分

益 献血 ①午後1時30分~2時40分

②午前9時30分~11時45分、午後1時30分~3時30分

※400ml献血限定となります。

※会場および日時は、都合により時間等変更になる場合があります。

※新型コロナウイルスを含む感染症対策として、会場での手指消毒、手洗い、

マスク着用などの咳エチケットにご協力ください。

持ち物:運転免許証・保険証・パスポート等本人の確認ができるもの、献血

カード (持っている方のみ)

問合せ:健康づくり推進課保健予防係 262-3527

ス 火 wed	木thu	金 fri	土 sat
			1 ★ サングリモ中込内
5 サングリモ中込内 あさしな保育園内 もちづき保育園内 うすだ健康館内	● 中込児童館 ● 中込児童館 ● もちづき保育園内 うすだ健康館内 中佐都児童館内	7 サングリモ中込内 あさしな保育園内 うすだ健康館内	8
12 高瀬児童館 野沢児童館 サングリモ中込内 あさらづき保育園内 もちずだ健康館内 中佐都児童館内 野沢体育センター (肺がん検診セット)	【3 佐久城山児童館 あさしな児童館 もちづき保育園内 うすだ健康館内 中佐都児童館内	14 ※ 岩村田児童館 ※ おかけます おから おから おから おから は 保育 園内 から すだ 健康館 内	15 M サングリモ中込内
49 佐久平浅間児童館泉児童館泉児童館・サングリモ中込内あさしな保育園内もちづき保育園内もちずき保育園内中佐都児童館内	● 中込児童館 ● 中込児童館 ● ちちづき保育園内 うすだ健康館内 中佐都児童館内 ② 浅科保健センター	21 ・ 中佐都児童館 ・ 望月児童館 ・ サングリモ中込内 あさしな保育園内 うすだ健康館内	22 サングリモ中込内 浅科保健センター (肺がん検診セット)
26 高瀬児童館 野沢児童館 サングリモ中込内 あさしな保育園内 もちづき保育園内 中佐都児童館内 空月総合支援センター	27 佐久城山児童館 あさしな児童館 あちづき保育園内 うすだ健康館内 中佐都児童館内	28 岩村田児童館 サングリモ中込内 あさしな保育園内 うすだ健康館内 望月総合支援センター (肺がん検診セット) 	29 ₩ サングリモ中込内

発熱等の風邪症状がある方の 相談・受診について

- ①まずは電話でかかりつけ医や地域の身近な 医療機関にご相談ください。
- ②かかりつけ医等を持たない方や、土日祝日 や夜間など相談先に迷った場合は、受診・ 相談センター(佐久保健所コールセンター) ☎63-3178にご相談ください。
- ■新型コロナウイル ス感染症に関する情 報は、ホームページ をご覧ください。



■佐久市足育推進協議会足育サポートセンター 足や靴に関してお困りの方はお気軽にご相談くださ

事前予約制ですので、電話にてご予約ください。

事前予約•相談日:毎週木曜日

(午前9時~11時30分)

相談場所:足育サポートセンター

(佐久大学1号館 佐久市岩村田2384)

問合せ: 佐久大学 268-6680

子》 2歳児歯っぴー教室(要予約)

対象:令和2年7月生まれのお子さんと保護者(定員36組、先着順) 内容:歯科健診、歯科相談、上の前歯のフッ素塗布(希望者のみ)

日時:10月20日(水) (時間は予約時に確認)

会場:□腔歯科保健センター (サングリモ中込2階)

持ち物:母子健康手帳、歯ブラシ(子ども用と仕上げみがき用)、

バスタオル

予約・問合せ:健康づくり推進課口腔歯科保健係

(サングリモ中込) 263-3781・63-3782

地域集団健診

③ 乳がん検診

🔐 子宮頸がん検診

sun

申込み:健康づくり推進課健診推進係 ☎62-3196

または各支所健康づくり推進係

休日当番医 診療時間:午前9時~午後5時

小児◇ 休日小児科急病診療センター 診療時間:午前9時~ 受付時間:午前8時30分~正午 浅間総合病院 ☎67-2295代

休日救急歯科診療所 診療時間:午前9時~正午、午後1時~3時

受付時間:午前9時~正午、午後1時~2時

※新型コロナウイルス感染症感染警戒レベル6の時の受付時間は (サングリモ中込2階) ☎63-3783

※平日夜間急病診療センターは、閉所しました。

3

〈受診される方へ〉

mon

風邪症状がある方は、事前に電話でご相談ください。

[2022年]

■休日当番医は、都合により 変更になる場合があります。 受診前に電話または佐久医師 会ホームページで、ご確認く ださい。



佐久医師会ホームページ QR⊐−ド

※各事業は、新型コロナウイルス感染症の感染状況により、 中止となる場合があります。

わかば内科クリニック **☎**67-6655 佐久平よつばクリニック **☎**66-0428

岸野児童館

サングリモ中込内 あさしな保育園内 もちづき保育園内 中佐都児童館内

臼田児童館 サングリモ中込内もちづき保育園内 中佐都児童館内

4

11

18

25

火 tue

野沢体育センター

小児

坂戸クリニック **☎**63-6323

たむらペインクリニック **28**82-3981

小松耳鼻咽喉科クリニック **2**66-6300

しのはら形成・皮ふクリニック **お**67-8825

切原児童館

サングリモ中込内 もちづき保育園内 中佐都児童館内

野沢体育センター (肺がん検診セット)

小児〇

Lb しのはら消化器内科クリニック **263-1107**

ねむの木公園クリニック ☎67-8866

23

30

小田井児童館

サングリモ中込内 あさしな保育園内 もちづき保育園内 うすだ健康館内 中佐都児童館内

献血 6 佐久市役所望月支所①

東児童館 青沼児童館

サングリモ中込内もちづき保育園内 中佐都児童館内

角田医院分院 ☎68-0550

中澤眼科クリニック ☎62-0157

イオンモール佐久平②

平根児童館

サングリモ中込内 あさしな保育園内 もちづき保育園内

中佐都児童館内

24

17

サングリモ中込内 もちづき保育園内 中佐都児童館内

田口児童館

小児〇

金澤病院 四67-2048

博愛こばやし眼科 ☎63-1300

サングリモ中込内

あさしな保育園内 もちづき保育園内 うすだ健康館内 中佐都児童館内

浅間会館

■長野県小児救急電話相談

お子さんの夜間のけがや急病等の際、 保護者の方々が対応に戸惑う時や、医 療機関へ受診すべきか判断が難しい時 の、応急対処の方法や受診の要否等に ついて助言を行います。

相談日時:毎日午後7時~

翌日午前8時

問合せ:局番なしの「#8000」 ダイヤル回線・IP電話 [0263-34-8000]

女性解放の道を拓いた丸岡秀子

~夫を、主人と呼ぶのをやめましょうよ~

旧臼田町に生まれた丸岡秀子は、戦前戦後を通し、農村女性の自立と地位向上に取り組んだ社会運動家・作家です。家意識が強く、男性中心の社会にあって、シングルマザーとなりながらも子連れ出勤を実践した、ジェンダーフリーの先駆け的存在です。

本企画展示では、秀子の思想的基盤となった幼少期の生い立ちや生家である酒造業井出家との関係などを紹介します。また、女性解放を目指したひとすじの道を写真や小説原稿、ゆかりの品などによりたどります。



- ■期 間 10月1日(土)~11月13日(日) 午前9時~午後5時
- ■休館日 10月10日 (月・祝) を除く毎週月・火曜日、 11月4日 (金)

■展示解説会

▽日時毎週木・金曜日、

10月2日(日) · 22日(土) · 30日(日)、 11月5日(土) · 12日(土) · 13日(日) ①午前10時~ ②午後2時~

▽定員 各回8名

▽申込方法 臼田文化センターへ前日までに電話で申し込み

左から 弟 井出一太郎、父 井出今朝平、秀子(個人蔵)

一記念講演会一

丸岡秀子と関わりがあった登壇者の証言等から、今なお 生き続ける丸岡秀子の精神を紹介します。

- **□日 時** 10月22日 (土) 午後1時30分~午後2時50分
- ■会場 臼田文化センター 2階展示室
- **■参加費** 無料 **■定** 員 30名
- ■テーマ・登壇予定者
 - ▽「昭和の女性の生活と丸岡さんの教え」 佐々木 都氏(丸岡秀子先生碑建立委員会 委員長)
 - ▽ 「叔母秀子の生い立ちと井出家との関係」 井出 民生氏(橘倉酒造株式会社 取締役会長)
 - ▽「丸岡秀子の思想をはぐくんだもの」 上原 美次(臼田文化センター職員)
- ■申込方法 10月1日(土)午前8時30分から 臼田文化センターへ電話で申し込み

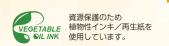


ホームペーミ QRコード



丸岡秀子肖像 (ドメス出版蔵)

問合せ 臼田文化センター 四82-3634



発行/佐久市(〒385-8501 長野県佐久市中込3056) TEL 62-2111 (代表) 編集/企画部広報広聴課(TEL 62-3075) 佐久市中央公民館(〒385-0011 長野県佐久市猿久保165番地1市民創錬センター内) 館報編集委員会(TEL 66-0551)